

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

**“NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA
OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO
PARTICULAR MARÍA DE LOS ANGELES – HUÁNUCO 2018”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTORA: Sánchez Tacuche, Tania Rocío

ASESORA: Salcedo Zuñiga De Jaime, María Clelia

HUÁNUCO – PERÚ

2020

U

D

H



TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción salud y prevención de las enfermedades

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2018-2019)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, Ciencias de la salud

Sub área: Ciencias de la salud

Disciplina: Enfermería

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 40245973

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22414447

Grado/Título: Doctora en ciencias de la salud

Código ORCID: 0000-0002-3016-5979

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Palma Lozano, Diana Karina	Maestra en ciencias de la salud con mención en: salud pública y docencia universitaria	43211803	0000-0003-4520-7374
2	Vargas Gamarra, Rosa María	Doctorara en ciencias de la salud	22422556	0000-0002-2639-0153
3	Flores Quiñonez, Enma Aida	Magister en ciencias de la salud salud pública y docencia universitaria	22407508	0000-0001-6338-955X

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 9:00 horas del día 04 del mes de noviembre del año dos mil veinte, en la plataforma del aula virtual de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió mediante la Plataforma Virtual Google Meet el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- | | |
|---------------------------------------------|-------------------|
| • MG. DIANA KARINA PALMA LOZANO | Presidente |
| • MG. ROSA MARÍA VARGAS GAMARRA | Secretaria |
| • MG. EMMA AIDA FLORES QUIÑONEZ | Vocal |
| • DRA. MARÍA CLELIA SALCEDO ZÚÑIGA DE JAIME | (Asesora) |

Nombrados mediante Resolución N°791-2020-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: **“NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARÍA DE LOS ANGELES – HUÁNUCO 2018”**, presentada por la Bachiller en Enfermería **Srta. Tania Rocio SANCHEZ TACUCHE**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

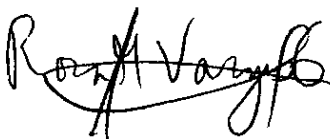
Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) **aprobado** por **unanimidad** con el calificativo cuantitativo de **quince** y cualitativo de **bueno**.

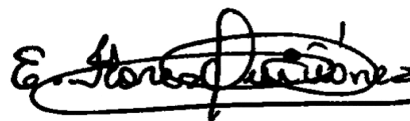
Siendo las, **10:30** horas del día **4** del mes de **noviembre** del año **2020**, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.



PRESIDENTA



SECRETARIA



VOCAL

PROGRAMA ACADEMICO DE ENFERMERIA

**NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD
EN ADOLESCENTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA
DE LOS ANGELES HUANUCO- 2018**

DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado a DIOS por darme la vida y no dejarme sola.

A mi madre, por su apoyo incondicional, me ha formado y llenado de mucha sabiduría para poder vencer los obstáculos y así poder afrontar cualquier problema que se pudiera presentar.

A mis hermanos, por su apoyo incondicional en cada momento, llevándome por el camino del bien y a mi padre, aunque no esté junto a mí siempre lo llevo en mi corazón.

A mis hijas por ser el motor y motivo para seguir adelante a pesar de los obstáculos que se nos presente.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la fortaleza para no dejarme vencer ante las diferentes pruebas que se me ha presentado, además dándome salud y fuerzas para seguir.

Al Programa Académico Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco por los grandes conocimientos y experiencias adquiridas en los años de estudio

De una manera muy especial doy gracias a la Dra. María Clelia Salcedo Zuñiga De Jaime, por su guía, orientación y apoyo. Al jurado revisor por sus aportes y sugerencias durante el desarrollo de esta investigación

A los estudiantes de la Institución Educativa Particular María De Los Ángeles por formar parte de este estudio

Gracias a todo aquel que de una manera u otra intervino para que la tesis hoy fuera una realidad.

.

La autora

.

INDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
INDICE.....	IV
INDICE DE TABLAS	VII
RESUMEN	VIII
ABSTRACT	IX
INTRODUCCION	X
CAPITULO I	12
EL PROBLEMA DE INVESTIGACION.....	12
1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA	12
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	14
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	14
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS	14
1.3. OBJETIVO GENERAL	15
1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	15
1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	15
1.5.1. A NIVEL TEÓRICO	15
1.5.2. A NIVEL PRÁCTICO	16
1.5.3. A NIVEL METODOLÓGICO	16
1.6. LIMITACIONES.....	16
1.7. VIABILIDAD	16
CAPÍTULO II	17
MARCO TEÓRICO	17
2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN.....	17
2.1.1. ANTECEDENTE INTERNACIONAL.....	17
2.1.2. ANTECEDENTE NACIONAL	18
2.1.3. ANTECEDENTE LOCAL	19
2.2. BASES TEÓRICAS.....	21
2.2.1. TEORÍA DE NOLA PENDER SOBRE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD.....	21
2.2.2. TEORÍA DEL APRENDIZAJE	22
2.2.3. TEORÍA DE PIAGET	22

2.3.	DEFINICIONES OPERACIONALES	23
2.3.1.	NIVEL DE CONOCIMIENTO PARA PREVENIR LA OBESIDAD	23
2.3.2.	OBESIDAD.....	23
2.3.3.	CAUSAS	23
2.3.4.	FACTORES.....	24
2.3.5.	SÍNTOMAS.....	25
2.3.6.	TIPOS DE OBESIDAD	25
2.3.7.	CLASIFICACIÓN DE LA OBESIDAD	25
2.3.8.	COMO SE MIDE LA OBESIDAD.....	26
2.3.9.	CONOCIMIENTO	27
2.3.10.	TIPOS DE CONOCIMIENTOS.....	27
2.3.11.	ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD.....	29
2.3.12.	ACTITUDES.....	29
2.3.13.	COMPONENTES DE LAS ACTITUDES	29
2.3.14.	TIPO DE ACTITUDES	30
2.3.15.	CARACTERÍSTICAS DE LAS ACTITUDES	30
2.3.16.	ALIMENTACIÓN ADECUADA	31
2.3.17.	LA ALIMENTACIÓN INADECUADA	31
2.3.18.	CONSECUENCIAS POR UNA MALA ALIMENTACIÓN	32
2.3.19.	EL SEDENTARISMO	32
2.3.20.	ACTIVIDAD FÍSICA	33
2.3.21.	EFFECTOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	33
2.3.22.	CONSECUENCIAS DE LA INACTIVIDAD FÍSICA	34
2.4.	DEFINICIÓN DE TÉRMINOS OPERACIONALES.....	34
2.5.	HIPÓTESIS.....	35
2.5.1.	HIPÓTESIS GENERAL	35
2.5.2.	HIPÓTESIS ESPECIFICAS.....	35
2.6.	VARIABLES.....	36
2.6.1.	VARIABLE INDEPENDIENTE	36
2.6.2.	VARIABLE DEPENDIENTE	36
2.7.	Operacionalización de variables	37
	CAPÍTULO III	39
	METODOLOGÍA	39

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	39
3.2. DISEÑO DE ESTUDIO	39
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA	40
3.3.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA POBLACIÓN	40
3.3.2. UBICACIÓN DE LA POBLACIÓN EN ESPACIO Y TIEMPO ...	40
3.4. MUESTRA Y MUESTREO	41
3.4.1. UNIDAD DE ANÁLISIS	41
3.4.2. UNIDAD DE MUESTREO	41
3.4.3. MARCO MUESTRAL	41
3.4.4. TAMAÑO MUESTRAL	41
3.4.5. TIPO DE MUESTREO	41
3.5. MÉTODOS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	41
3.5.1. PARA LA PRESENTACIÓN DE DATOS	42
3.5.2. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS	42
3.6. PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	44
3.7. ELABORACIÓN DE LOS DATOS	44
3.8. ANÁLISIS DE LOS DATOS	45
3.9. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN	45
CAPITULO IV	46
RESULTADOS	46
CAPITULO V	53
DISCUSION DE RESULTADOS	53
CONCLUSIONES	56
RECOMENDACIONES	57
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	58
ANEXOS	61

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Edad y genero de los estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018	46
Tabla 2 Parentesco que viven con los estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018	47
Tabla 3 Grado de escolaridad de los estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018	48
Tabla 4 Nivel de conocimiento para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018	48
Tabla 5 Actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018	49
Tabla 6 Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018.....	50
Tabla 7 Conocimiento sobre obesidad.....	51
Tabla 8 Actitud para prevenir la obesidad.....	51
Tabla 9 Relación entre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad	52

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018.

Metodología: La investigación pertenece al tipo observacional, prospectivo, transversal, analítico, cuantitativo y con un diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformado por 75 estudiantes del 3° al 5° grado de secundaria. Para la recolección de datos se utilizaron los instrumentos como encuestas y escala de Likert con relación a las variables estudiadas.

Resultados: Según la prueba de hipótesis se obtuvo que existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles- Huánuco .con una significancia ($P=0.05 \leq 1.53$).

Por otro lado, se obtiene específicamente que el valor de significancia de: ($P=0.05 \leq 1.53$) entonces el nivel de conocimiento es bueno para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco

Se obtiene específicamente que el valor de significancia de ($P=0.05 \leq 1.53$) entonces la actitud es positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles - Huánuco

Conclusiones: Un porcentaje de 81.3% de estudiantes afirmaron tener un nivel de conocimiento bueno sobre la obesidad, y el 70.7% presentaron una actitud positiva frente a la prevención de la obesidad.

Palabras Clave: Nivel de conocimiento, actitud, obesidad

ABSTRACT

Objective: To determine the level of knowledge and attitude to prevent obesity in students of the private school Maria de los Angeles Huánuco 2018.

Methodology: The research belongs to the observational, prospective, transversal, analytical, quantitative type and with a correlational descriptive design. The sample consisted of 75 students from the 3rd to 5th grade of secondary school. To collect data, instruments such as surveys and Likert scale were used in relation to the variables studied.

Results: According to the hypothesis test, it was found that there is a relationship between the level of knowledge and the attitude to prevent obesity in students of the Maria de los Angeles-Huánuco private educational center. With a significance ($P=0.05 \leq 1.53$).

On the other hand, it is specifically obtained that the value of significance of: ($P = 0.05 \leq 1.53$) then the level of knowledge is good to prevent obesity in students of the private educational center María de los Ángeles - Huánuco

It is specifically obtained that the significance value of ($P = 0.05 \leq 1.53$) so the attitude is positive to prevent obesity in students of the private educational center María de los Ángeles - Huánuco

Conclusions: A percentage of 81.3% of students reported having a good level of knowledge about obesity, and 70.7% presented a positive attitude towards the prevention of obesity.

Keywords: Level of knowledge, attitude, obesity

INTRODUCCION

La obesidad es una enfermedad crónica tratable que aparece cuando existe un exceso de tejido adiposo (grasa) en el cuerpo, los expertos advierten que sus efectos más negativos se producen porque actúa como un agente que acentúa y agrava a corto plazo y de forma muy evidente patologías graves como la diabetes, la hipertensión, las complicaciones cardiovasculares, e incluso algunos de cáncer, como los gastrointestinales.

La obesidad es un problema que está afectando a la población de diversas ciudades y países del mundo existe un sin número de personas que tienen un problema por hábitos de riesgo, es por esta razón la importancia de este tema porque se trata de proteger a los adolescentes para una mejor calidad de vida.

De acuerdo a los procesos de la investigación sobre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del Centro Educativo Particular María de los Ángeles – Huánuco, se tomaron en cuenta los siguientes capítulos para el estudio:

Capítulo I: El problema de investigación que consta: Descripción del problema, formulación del problema general y específicos; objetivo general y específico; hipótesis general y específicos; variables; operacionalización de variables; justificación e importancia.

Capítulo II: Marco teórico, que estuvo representado por: Antecedentes de la investigación; bases teóricas, definiciones operacionales y, definiciones de términos operacionales.

Capítulo III: Metodología que consta con: tipo de investigación, diseño de estudio, población y muestra, método e instrumentos de recolección de datos, procedimientos de recolección de datos, análisis de datos y aspectos éticos.

Capítulo IV: Resultados que presenta el análisis descriptivo e inferencial.

Capítulo V: Discusión de resultados confrontando con las teorías y antecedentes del estudio de los cuales, se tomaron en cuenta las conclusiones de acuerdo a los objetivos planteados; y las recomendaciones correspondientes.

CAPITULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA

La obesidad es una enfermedad caracterizada por una acumulación excesiva de grasa corporal producto de un desbalance entre la ingesta excesiva de calorías y un menor gasto energético. Hoy, es considerada como un grave problema de salud, afectando a niños, adolescentes y adultos ¹.

La obesidad es una condición que debe ser prevenida por sus efectos negativos en la salud física, también es cierto que el peso corporal de las personas no debe ser motivo para discriminarlas. En la región hispanoamericana se han hecho pocos esfuerzos para documentar los estereotipos y prejuicios asociados con la obesidad. Parece relevante estudiar las actitudes negativas hacia la obesidad ya que pueden materializarse en diferentes formas de discriminación hacia las personas con sobrepeso u obesidad ².

Por lo tanto, comprender cuantitativamente los conocimientos, las actitudes, los comportamientos que rodean los patrones dietéticos y de actividad física, así como la forma y tamaño del cuerpo a través de una escala de actitudes, podría jugar un papel importante entre los adolescentes, ya que a través de su uso y aplicación podría identificarse grupos con baja, moderada y elevada actitud a la obesidad. A partir de ello, es posible desarrollar intervenciones orientadas a lograr cambios conductuales en la escuela, de tal forma que contribuyan a mejorar y mantener la autoestima, hacer frente a las ansiedades generadas por conflictos internos, así como valorar de forma más favorable y expresar actitudes más positivas respecto a sus estilos de vida saludables ³.

En nuestro país, como una medida de afrontamiento de esta problemática el estado peruano implementó el Plan de Salud Escolar, que surge en el marco de las políticas sectoriales a través del lema “Aprende Saludable”, donde por medio de una intervención estratégica articulada de

los Ministerios de Educación, Salud y de Desarrollo e Inclusión Social, se busca sumar esfuerzos para que los estudiantes del país mejoren sus condiciones de vida, alcancen los logros de aprendizaje, mejoren su calidad de vida, mediante el desarrollo de estilos de vida y entornos saludables, la detección de 8 riesgos y daños en salud, así como su atención oportuna ⁴.

La Encuesta Nacional de Salud 2009-2010, muestra que la obesidad afecta al 9,9 % de los niños y niñas menores de seis años y que en este mismo grupo de edad, el 22,4 % tiene sobrepeso; lo anterior indica que uno de cada tres niños tiene un peso superior al rango normal. En los últimos doce años el sobrepeso en niños de 6 a 11 años ha aumentado el 24,4 %. Es decir, a medida que aumenta la edad aumenta el sobrepeso, realidad que corroboran diferentes resultados publicados, que indican que el 64,5 % de la población entre 15 y 64 años tiene exceso de peso ⁵.

La elevada prevalencia de un estilo de vida sedentario en la población general, en la población infantil y juvenil en particular, supone un importante problema de salud pública ⁶.

Las causas fundamentales de la obesidad y el sobrepeso son: el aumento del consumo de alimentos hipercalóricos, con alto nivel de grasas saturadas y azúcar, y la reducida actividad física ⁷.

Si nos centramos en la obesidad, enfermedad crónica condicionada en la mayoría de los casos por una ingesta calórica elevada y un gasto energético deficiente, podríamos decir que el incremento de la grasa corporal es multifactorial. De hecho, los factores individuales genéticos y metabólicos relacionados con el crecimiento, desarrollo y maduración, interaccionan con los factores ambientales. Otros factores de riesgo que se deben tener en cuenta son los socioeconómicos y culturales que han determinado en las últimas décadas un cambio rápido en los hábitos alimentarios, así como en el estilo de vida y los patrones de actividad física ⁸.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Estas condiciones son el sexto factor de riesgo de defunción mundial. El estilo de vida actual — caracterizado por una gran disponibilidad de alimentos

procesados, trabajos sedentarios, nuevas formas de transporte, urbanización creciente y el comer fuera del hogar— favorece la ingesta de alimentos hipercalóricos, ricos en grasa, sal y azúcares, así como el decremento en la actividad física, lo que resulta en un desequilibrio energético entre calorías consumidas y calorías gastadas ⁹.

Es necesario descartar en un primer momento la existencia de un desorden físico que produzca el aumento de peso. Es imprescindible que exista para el adolescente una motivación. Para ello, se debe contar en todo momento con un especialista en psicología que tenga en cuenta los problemas de autoestima y sociabilidad que se presentan a esta edad, ya que estos factores van a influir directamente en las conductas con respecto a la ingesta y a la actividad física. “Un manejo desacertado en un trastorno psicológico puede dificultar el cambio hacia conductas saludables, contribuyendo al fracaso del tratamiento”. Es interesante realizar talleres psicológicos para preparar al adolescente y a su familia para el definitivo cambio de hábitos ⁸.

Determinar la relación del nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?
- ¿Cuál es la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?

- ¿Qué relación existe entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?

1.3. OBJETIVO GENERAL

- Determinar el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar el nivel de conocimiento sobre obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018
- Evaluar la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018
- Valorar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. A NIVEL TEÓRICO

La obesidad es un problema que está afectando a la población de diversas ciudades y países del mundo existe un sin número de personas que tienen un problema por hábitos de riesgo es por esta razón la importancia de este tema porque se trata de conocimientos y actitudes que tiene la persona acerca de los hábitos de riesgo que está presente en el adolescente esta investigación es de suma importancia porque aporta beneficio a la población , así mismo proteger a los adolescentes para una mejor calidad de vida

1.5.2. A NIVEL PRÁCTICO

El presente estudio tiene relevancia debido que busca brindar aportes significativos a la práctica de enfermería a través de la prevención de hábitos de riesgo que tiene por ende proteger la salud del adolescente en edad escolar mediante la promoción de la salud prevención y protección específica, así mismo en el contexto de la carrera el presente estudio aportara conocimientos que permitan realizar actividades preventivas promocionales a fin de contribuir con la salud del adolescente

1.5.3. A NIVEL METODOLÓGICO

Proporcionar información que permita elaborar, determinar, explicar, buscar, evaluar estrategias metodológicas de intervención educativa en la prevención de hábitos de riesgo: sedentarismo, mala alimentación, del mismo modo este estudio servirá como aporte para futuras investigaciones con mayor tamaño de muestra para mejorar la salud de los estudiantes.

1.6. LIMITACIONES

Dentro de las limitaciones identificadas en el presente estudio de investigación se puede señalar la dificultad que se tuvo para poder tener acceso a la muestra de estudio a pesar de contar con el permiso respectivo de la directora del centro educativo particular María de los Ángeles de la Provincia de Huánuco, se tuvo dificultad para poder realizar la aplicación de los instrumentos de investigación debido a las horas de estudio.

1.7. VIABILIDAD

El proyecto de investigación a ejecutarse en el Centro Educativo Particular María de los Ángeles será viable a pesar de las limitaciones que se pueden presentar en el presente estudio de investigación puesto que se cuenta con el apoyo de los docentes para llevar a cabo el presente estudio. Además de recursos financieros y materiales.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTE INTERNACIONAL

En Chile, Díaz X. Mena C., Chavarría P., Rodríguez A., Valdivia P. en el año 2016 realizaron un trabajo de investigación titulado estado nutricional de escolares según su nivel de actividad física, alimentación y escolaridad de la familia con el objetivo de determinar el estado nutricional de niños y niñas según su nivel de actividad física, calidad de su alimentación y nivel educativo de sus padres. Métodos: se evaluaron 257 niños(as) de escuelas públicas. Los padres respondieron lo referente al nivel de actividad física, calidad de la alimentación y nivel educativo a través de cuestionarios. Los datos se analizaron mediante estadística univariada y bivariada usando frecuencias absolutas, porcentajes y prueba de ji-Cuadrada. Resultados: de los 257 estudiantes el 50 % tenía exceso de peso. El estado nutricional se relacionó significativamente con la actividad física ($p < 0,01$), pero no con la calidad alimentaria ni con el nivel educativo de los padres. Esta última variable sí explicaría la calidad alimentaria de los niños(as) ($p < 0,01$).

Conclusiones: los niños(as) que tenían mala actividad física alcanzan el 76 % de obesidad y sobrepeso, a diferencia del 20 % de exceso de peso que tienen los estudiantes que realizan actividad física regular. A pesar de no haber encontrado relación entre el estado nutricional y la calidad alimentaria, hay mayor proporción de obesidad en los niños(as) con alta calidad alimentaria. El alto porcentaje de exceso de peso en los estudiantes podría explicarse más bien por la falta de actividad física que por el consumo de alimentos, a pesar de que la mayoría dice tener buena calidad alimentaria ⁴.

En México, Arroyo P., Carrete L. en el año 2015 realizaron un trabajo de investigación titulado Alcance de las acciones para prevenir el sobrepeso y la obesidad en adolescentes. El caso de las escuelas públicas mexicanas

con el objetivo de determinar el sobrepeso y la obesidad son un problema de salud pública para México, razón por la cual el gobierno ha implementado varias acciones para controlarlo. En el caso del grupo de edad entre doce y quince años, estas acciones son promovidas principalmente en las escuelas. El objetivo de este trabajo fue analizar el grado de implementación y efectividad de las acciones efectuadas, desde la perspectiva de los agentes escolares responsables, a fin de establecer modificaciones sustentadas en la Teoría Social Cognitiva para mejorar su efectividad. La investigación fue de tipo cualitativo y basada en el método de casos. A partir del análisis temático de dos casos de escuelas secundarias públicas, se identificaron dos elementos críticos de mejora apoyados teóricamente en la literatura y la información generada: la participación de los padres de familia y la implementación de un modelo educativo que promueva el aprendizaje significativo y el desarrollo de competencias de autorreflexión, autoeficacia y prevención ⁸.

2.1.2. ANTECEDENTE NACIONAL

En Huancavelica, Juan de Dios C., Garay s., en el año 2014 realizaron un trabajo de investigación titulado Estilos de vida y situación de salud en comerciantes del mercado de abastos con el objetivo de determinar la investigación estuvo enmarcada dentro del tipo básico, cuantitativo; el nivel que se alcanzó fue correlacional, los métodos usados en su proceso fueron el científico, deductivo-inductivo y el analítico-sintético; el diseño que orientó su realización fue no experimental, transversal; la población fue de 324 comerciantes de donde se extrajo una muestra de 121 comerciantes. La técnica con la cual se recabó la información fue la encuesta con su instrumento la entrevista. Los resultados se trabajaron bajo la categorización de los puntajes obtenidos por cada comerciante y corresponden a bueno, regular y malo; en la variable estilos de vida general el 97,5% fue regular; en la dimensión hábitos alimenticios el 97,5% fue regular y en la dimensión hábitos nocivos el 99,2% no presentan estos hábitos, en otros estilos de vida (medidas de seguridad, ejercicio físico, recreación, higiene, control médico y sueño) el 95% resultó regular. La situación de salud general resultó el 95,9% regular; en la dimensión salud física el 70,2% fue regular; en la dimensión

salud psicológica el 76% fue regular y en la salud social el 95% fue regular. La prueba de hipótesis realizada con la correlación de Pearson, fue igual a 0,343 con un nivel de significancia de 0,05; este resultado indica que existe una correlación positiva baja, con lo que se concluye que a regulares estilos de vida le corresponde regulares situaciones de salud en los comerciantes ⁹.

En Lima Churrango S, Quispe R, Sandoval J, en el año realizaron un trabajo de investigación titulado Hábitos y estado alimentario de los adolescentes de 11 a 14 años en una institución educativa nacional con el objetivo de determinar los hábitos alimentarios y el estado alimentario de los adolescentes de 11 a 14 años de una Institución Educativa Nacional. Material y métodos: estudio descriptivo, de corte transversal. La muestra estuvo constituida por 175 adolescentes que no tuvieron problemas de salud y firmaron el asentimiento informado y los padres el consentimiento informado. El estado alimentario se evaluó por el Índice de Masa Corporal (IMC), según las tablas para adolescentes del Center of Disease Control and Prevention (CDC). Los hábitos alimentarios se evaluaron en un cuestionario; estructurado de 30 preguntas de opción múltiple. Los datos fueron ingresados en la base de datos Microsoft Excel y analizados porcentualmente. Resultados: los hábitos alimentarios de los adolescentes fueron regulares en un 51.4%, buenos 23.4%. El 64% presentó estado alimentario normal, desnutrido 20%, sobrepeso en un 13.7%, obesidad en 2.3%. Conclusiones: los adolescentes de 11 a 14 años presentan hábitos alimentarios regulares a deficientes. El patrón de consumo se caracteriza por 3 raciones de alimentos al día, consumo de productos lácteos, legumbres, hamburguesas, salchipapas o tacos 1 a 3 veces por semana. Consumo de frutas diario y la compra alimentos de 1 a 3 veces por semana. El estado alimentario de los adolescentes es normal y un porcentaje significativo se encontró desnutrido, con sobrepeso y obesidad ¹⁰.

2.1.3. ANTECEDENTE LOCAL

En Huánuco, Zevallos L. en el año 2016 realizaron un trabajo de investigación titulado hábitos alimenticios y actividad física del personal administrativo de la universidad de Huánuco con el objetivo de determinar la

relación entre los hábitos alimenticios y la actividad física del personal administrativo de la Universidad De Huánuco-2016. Métodos: El estudio realizado fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y de nivel relacional. La población muestral estuvo conformada por 69 personas administrativas de la Universidad de Huánuco. Seleccionados por muestreo no probabilístico teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. Se aplicó los instrumentos para la recolección de datos: guía de entrevista sociodemográfica, encuesta sobre hábitos alimenticios y cuestionario internacional de actividad física, previo consentimiento informado. Se tuvo en cuenta los aspectos éticos como beneficencia, no maleficencia, autonomía, justicia y honestidad. En el análisis inferencial se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman, previa normalidad de kolmogorov-Smirnov con un valor $p \leq 0,005$, apoyándonos en el paquete estadístico IBM SPSS 21. Resultados: Con respecto al nivel de actividad física, el 88,4% del personal administrativo tuvieron sedentarismo, así mismo el 8,7% tuvieron nivel de actividad física moderada y el 2,9% tuvieron nivel de actividad física intensa. Por otro lado, la actividad física y hábitos alimenticios, no se encontró relación significativa con un coeficiente de $(r=-0,008; P=0,948)$, es decir, estas variables no se relacionan significativamente. Conclusiones: No existe relación significativa entre actividad física y hábitos alimenticios en el personal administrativo de la Universidad de Huánuco-2016 ¹¹.

En Huánuco, Fabián D. en el año 2015 realizaron un trabajo de investigación titulado Estado nutricional y su relación con el rendimiento académico de los alumnos del tercer grado de educación primaria de la institución educativa Marcos Durán Martel, amarilis 2015 con el objetivo de determinar la relación existente entre el estado nutricional y el rendimiento académico de los alumnos del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa Marcos Durán Martel, Amarilis 2015. Métodos: Se realizó un estudio analítico con diseño correlacional en 59 alumnos, a quienes se les aplicó una hoja de registro de estado nutricional y una ficha de evaluación de rendimiento académico en la recolección de datos. En el análisis inferencial se utilizó la prueba de Chi cuadrado con una significancia $p \leq 0,05$; a través del SPSS Versión 20.0 Resultados: En cuanto al indicador

índice de masa corporal para edad; el 69,4% de alumnos presentaron un estado normal; el 15,3%, tuvo sobrepeso; el 10,2%, delgadez y el 5,1%, obesidad. En cuanto al indicador talla para edad, el 86,4% presentó talla normal y el 13,6% talla baja. Respecto al rendimiento académico, el 83,1% tuvo rendimiento alto y el 16,9% presentó rendimiento medio. Al analizar la relación entre las variables, no se encontró relación entre el indicador nutricional índice de masa corporal para la edad y el rendimiento académico [$X^2 = 4,362$; $p = 0,225$]; y no se encontró relación entre el indicador nutricional talla para la edad y el rendimiento académico [$X^2 = 1,345$; $p = 0,246$]. Conclusiones: No existe relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en la muestra en estudio, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis de investigación ¹².

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. TEORÍA DE NOLA PENDER SOBRE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD.

Es una de las teorías más predominantes en la Promoción de la Salud, según este modelo las temáticas más mencionadas de la salud ,la actividad física ,la obesidad y los estilos de vida están divididos en factores cognitivos y perceptuales, entendidos como aquellas concepciones, creencias, ideas que tienen las personas sobre la salud que la llevan a comportamientos determinados

La teoría en la promoción de la salud nos permite comprender comportamientos humanos relacionados con la salud, y a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables.

El modelo de promoción de la salud se basa en la educación y como llevar una vida sana para la salud es cualquier combinación de experiencias educativas para capacitar y reforzar adopciones de comportamientos que conducen a la salud ¹³.

2.2.2. TEORÍA DEL APRENDIZAJE

Thorndike formula su teoría en 1913. Cree que todo el conocimiento consiste en una red de nexos asociativos entre situaciones y respuestas. Asume que el sujeto codifica y almacena la huella mental de los aspectos individuales que presenta cada situación. El conocimiento crece de acuerdo con las leyes del ejercicio y del efecto y consiste en una red de nexos de asociaciones entre situaciones o estímulo (E) y respuestas (R). Describe el aprendizaje en términos de asociaciones entre las situaciones y las respuestas que producen los individuos que se ven sometidos a ellas; las asociaciones se realizan mediante conexiones entre neuronas. Los estudiantes se consideran más como sujetos regulados por otros que como sujetos autorregulados ¹⁴.

2.2.3. TEORÍA DE PIAGET

Explica la lenta progresión del conocimiento apoyándose en el hecho de que nos enfrentamos a muchos conceptos educativos y también con muchos conceptos previos erróneos que tiene el estudiante. Describe la asimilación como el proceso de utilización de los esquemas existentes en el sujeto para dar sentido a lo nuevo. El cambio producido en la configuración del conocimiento para que la idea nueva pueda ser asimilada es la acomodación. El conocimiento se manifiesta en cuatro niveles de pensamiento (sensorio motriz, pre operativo, operativo y formal). Éste se desarrolla a través de procesos de abstracción, asimilación y acomodación. El pensamiento pre operacional es unidimensional, irreversible y basado en una mezcla de fantasía y realidad concreta. El pensamiento operacional concreto es bidimensional, reversible y exclusivamente basado en la realidad concreta. El pensamiento formal es multidimensional, reversible y puede funcionar tanto con las posibilidades de la realidad concreta como con posibilidades hipotéticas. Los estudiantes que puedan pensar en múltiples dimensiones, en posibilidades hipotéticas y en propiedades abstractas de las cosas pertenecen, para Piaget, al período de las operaciones formales que comienza a los 10 u 11 años. La tendencia de la mente a auto modificarse y

a autocorregirse es la equilibrarían, es una ilustración de cómo los estudiantes se adaptan a las demandas de la clase escolar ¹⁵.

2.3. DEFINICIONES OPERACIONALES

2.3.1. NIVEL DE CONOCIMIENTO PARA PREVENIR LA OBESIDAD

El nivel de conocimiento son fases cognitivas que interpretan los procesos de ideas o conceptos relacionado al cuidado (prevenir) antes de adquirir alguna enfermedad como la obesidad.

2.3.2. OBESIDAD

Es una enfermedad crónica tratable que aparece cuando existe un exceso de tejido adiposo (grasa) en el cuerpo. los expertos advierten de que sus efectos más negativos se producen porque actúa como un agente que acentúa y agrava a corto plazo y de forma muy evidente patologías graves como la diabetes, la hipertensión, las complicaciones cardiovasculares (especialmente la cardiopatía isquémica), e incluso algunos tipos de cáncer, como los gastrointestinales .

Con excepción de las personas que son muy musculosas, aquellas cuyo peso supera en un 20 por ciento o más el punto medio de la escala de peso según el índice de masa corporal (IMC), son consideradas obesas¹⁶.

2.3.3. CAUSAS

La causa fundamental del sobrepeso y la obesidad infantiles es el desequilibrio entre la ingesta calórica y el gasto calórico. El aumento mundial del sobrepeso y la obesidad infantiles es atribuible a varios factores, tales como: El cambio dietético mundial hacia un aumento de la ingesta de alimentos hipercalóricos con abundantes grasas y azúcares, pero con escasas vitaminas, minerales y otros micronutrientes saludables.

La tendencia a la disminución de la actividad física debido al aumento de la naturaleza sedentaria de muchas actividades recreativas, el cambio de los modos de transporte y la creciente urbanización ¹⁶.

2.3.4. FACTORES

Factores genéticos: investigaciones recientes sugieren que, por término medio, la influencia genética contribuye en un 33 por ciento aproximadamente al peso del cuerpo, pero esta influencia puede ser mayor o menor en una persona en particular.

Factores socioeconómicos: estos factores influyen fuertemente en la obesidad, sobre todo entre las mujeres. En algunos países desarrollados, la frecuencia de la obesidad es más del doble entre las mujeres de nivel socioeconómico bajo que entre las de nivel más alto. El motivo por el cual los factores socioeconómicos tienen una influencia tan poderosa sobre el peso de las mujeres no se entiende por completo, pero se sabe que las medidas contra la obesidad aumentan con el nivel social. Las mujeres que pertenecen a grupos de un nivel socioeconómico más alto tienen más tiempo y recursos para hacer dietas y ejercicios que les permiten adaptarse a estas exigencias sociales.

Factores psicológicos: los trastornos emocionales, que durante un tiempo fueron considerados como una importante causa de la obesidad, se consideran actualmente como una reacción a los fuertes prejuicios y la discriminación contra las personas obesas. Uno de los tipos de trastorno emocional, la imagen negativa del cuerpo, es un problema grave para muchas mujeres jóvenes obesas. Ello conduce a una inseguridad extrema y malestar en ciertas situaciones sociales.

Factores relativos al desarrollo: un aumento del tamaño o del número de células adiposas, o ambos, se suma a la cantidad de grasas almacenadas en el cuerpo. Las personas obesas, en particular las que han desarrollado la obesidad durante la infancia, pueden tener una cantidad de células grasas hasta cinco veces mayor que las personas de peso normal. Debido a que no se puede reducir el número de células, se puede perder peso solamente disminuyendo la cantidad de grasa en cada célula ¹⁶.

2.3.5. SÍNTOMAS

La acumulación del exceso de grasa debajo del diafragma y en la pared torácica puede ejercer presión en los pulmones, provocando dificultad para respirar y ahogo, incluso con un esfuerzo mínimo. La dificultad en la respiración puede interferir gravemente en el sueño, provocando la parada momentánea de la respiración (apnea del sueño), lo que causa somnolencia durante el día y otras complicaciones.

La obesidad puede causar varios problemas ortopédicos, incluyendo dolor en la zona inferior de la espalda y agravamiento de la artrosis, especialmente en las caderas, rodillas y tobillos. Los trastornos cutáneos son particularmente frecuentes. Dado que los obesos tienen una superficie corporal escasa con relación a su peso, no pueden eliminar el calor del cuerpo de forma eficiente, por lo que sudan más que las personas delgadas. Es frecuente asimismo la tumefacción de los pies y los tobillos, causada por la acumulación a este nivel de pequeñas a moderadas cantidades de líquido (edemas) ¹⁷.

2.3.6. TIPOS DE OBESIDAD

Obesidad androide: Se localiza en la cara, cuello, tronco y parte superior del abdomen. Es la más frecuente en varones.

Obesidad ginecoide: Predomina en abdomen inferior, caderas, nalgas y glúteos. Es más frecuente en mujeres ¹⁷.

2.3.7. CLASIFICACIÓN DE LA OBESIDAD

Considerando su inicio, se clasifica como obesidad de la infancia o del adulto, considerando la distribución del exceso de grasa corporal en obesidad del tronco y hombros y obesidad de tronco y caderas, pero para propósitos de pronóstico y tratamiento, la obesidad se clasifica de acuerdo al índice de masa corporal o IMC como clase I (moderada), Clase II (severa) o Clase III (mortal).

El IMC entre 25 y 29 es sobrepeso, excepto en personas con una estatura de 5 pies (150cm) o menor, donde la obesidad clase I se alcanza con un IMC de 27 y la clase III o mortal con IMC de 35 (en vez de 40). No existe un determinado índice de masa corporal (IMC) o proporción de peso a talla, en el cual podamos decir que las enfermedades asociadas que acortan la vida y la limitan, van a aparecer. Obviamente el riesgo de desarrollarlas es mayor entre mas alto el IMC y entre más pronto la obesidad es corregida, más enfermedades asociadas serán evitadas y prevenidas. Incluso esta clasificación es subjetiva, personas con obesidad clase I refieren síntomas de la clase III y presentan sus complicaciones, mientras otros que han sido diagnosticados como clase III, no los tienen, este último ejemplo está muy relacionado con la edad, sucede comúnmente entre gente joven, una vez que el sobrepeso y obesidad han aparecido, es solo cuestión de tiempo, esta es la razón por la que cada caso debe ser diagnosticado y estudiado de forma individual, el pronóstico debe ser explicado al paciente así como las opciones de tratamiento. La persona que sufre de sobrepeso y obesidad, necesita ser diagnosticada tan pronto como sea posible independientemente de sus síntomas, ya que sin el diagnostico, no se puede discutir el pronóstico con el paciente, tampoco establecer un tratamiento adecuado y por lo tanto el enfermo no disfrutara de una pérdida significativa y constante de peso ¹⁸.

2.3.8. COMO SE MIDE LA OBESIDAD

La obesidad generalmente se mide a partir de indicadores de sobrepeso, como el índice de masa corporal (peso en kilogramos sobre talla en metros al cuadrado), o bien por medio de indicadores de porcentaje y distribución de tejido adiposo en el organismo (como los distintos pliegues subcutáneos, o la razón circunferencia de cintura sobre circunferencia de cadera).

La prevalencia de obesidad y sobrepeso ha aumentado tanto en países desarrollados como en los que están en vías de desarrollo.

En la Ciudad de Mexico, en un estudio desarrollado en población adulta de nivel socioeconómico bajo se encontraron tasas de prevalencia de obesidad de 37% en hombres y 60% en mujeres.

Estudios en población adulta México-norteamericana en los Estados Unidos han encontrado tasas de prevalencia de sobrepeso ajustado por edad de 39.1% en hombres y 47.2% en mujeres y es debida a problemas étnicos y a cambios en la dieta al migrar a EU.

Para ver el gráfico seleccione la opción "Descargar" del menú superior

Nota: esta tabla es para personas adultas (de 20 años y mayores)

Fuente: Surgeon General's Healthy Weight Advice for Consumers, 2001. Si su IMC es de 25 a 29.9, usted está en la categoría de "sobrepeso." Si su IMC es de 30 o más, usted está en la categoría de "obesa." Existen tres clases de obesidad:

Obesidad de Clase I -IMC de 30 a 34.9

Obesidad de Clase II -IMC de 35 a 39.9

Obesidad de Clase III -IMC de 40 o más ¹⁸.

2.3.9. CONOCIMIENTO

No existe una única definición de «conocimiento». Sin embargo existen muchas perspectivas desde las que se puede considerar el conocimiento; siendo la consideración de su función y fundamento, un problema histórico de la reflexión filosófica y de la ciencia. La rama de la filosofía que estudia el conocimiento es la epistemología o teoría del conocimiento. La teoría del conocimiento estudia las posibles formas de relación entre el sujeto y el objeto. Se trata por lo tanto del estudio de la función del entendimiento propia de la persona ¹⁹.

2.3.10. TIPOS DE CONOCIMIENTOS

- **Conocimiento intuitivo**

Es aquel conocimiento que utilizamos en nuestra vida cotidiana y nos permite acceder al mundo que nos rodea, de forma inmediata a través de la experiencia, ordenando en hechos particulares, es decir, tratando de relacionarla con algún evento o experiencia que hallamos vivido y se relacione con lo que estamos apreciando.

- **Conocimiento religioso**

Es aquel que nos permite sentir confianza, certidumbre o fe respecto a algo que no se puede comprobar. Se basa en un tipo de creencia que no se puede demostrar de forma real, pero permite llevar a cabo determinadas acciones.

- **El conocimiento empírico**

Se refiere al saber que se adquiere por medio de la experiencia, percepción, repetición o investigación. Este tipo de saber se interesa por lo que existe y sucede, no se interesa en lo abstracto. Es la experiencia que se tiene del medio natural, se produce a través de nuestros sentidos y de la manera en cómo se percibe la realidad

- **Conocimiento filosófico**

A través de la historia de la humanidad, la necesidad por conocer lo que es el hombre, el mundo, el origen de la vida y saber hacia dónde nos dirigimos ha sido una gran inquietud. Las respuestas se han ido acumulando y han surgido muchas más preguntas. Es aquel razonamiento puro que no ha pasado por un proceso de praxis o experimentación metodológica para probarlo como cierto.

- **Conocimiento científico**

Método riguroso y que sus conclusiones son objetivas, esto es, independientemente de la voluntad o subjetividad de las personas que participan en el proceso de investigación. se apoya de la investigación, analizar, buscar una explicación factible, reconocer y recorrer un camino para llegar a largas conclusiones ²⁰.

2.3.11. ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD

La actitud viene a ser una conducta o comportamiento que interpreta las manifestaciones positivas y negativas para actuar frente a un problema, así como evitar la enfermedad (reducir la obesidad)

2.3.12. ACTITUDES

La actitud es una predisposición organizada para sentir, percibir y comportarse hacia un referente (categoría que denota: fenómeno, objeto, acontecimiento, construcciones hipotéticas, etc.). En cierta forma es una estructura estable de creencias que predisponen al individuo a comportarse selectivamente ante el referente o el objeto cognoscitivo ²¹.

2.3.13. COMPONENTES DE LAS ACTITUDES

- **Componente cognoscitivo:**

Para que exista una actitud, es necesario que exista también una representación cognoscitiva de objeto. Está formada por las percepciones y creencias hacia un objeto, así como por la información que tenemos sobre un objeto. En este caso se habla de modelos actitudinales de expectativa por valor, sobre todo en referencia a los estudios de Fishbein y Ajzen. Los objetos no conocidos o sobre los que no se posee información no pueden generar actitudes. La representación cognoscitiva puede ser vaga o errónea, en el primer caso el afecto relacionado con el objeto tenderá a ser poco intenso; cuando sea errónea no afectará para nada a la intensidad del afecto

- **Componente afectivo:** Es el sentimiento en favor o en contra de un objeto social. Es el componente más característico de las actitudes. Aquí radica la diferencia principal con las creencias y las opiniones - que se caracterizan por su componente cognoscitivo.

- **Componente conductual:** Es la tendencia a reaccionar hacia los objetos de una determinada manera. Es el componente activo de la actitud ²².

2.3.14. TIPO DE ACTITUDES

- **Actitudes positivas**

Son aquellas buenas maneras de realizar las cosas, de relacionarse con las personas que nos rodean y que nos hacen personas queridas y estimadas. Se llaman también conductas asertivas, que son comportamientos adecuados que ayudan a la persona a expresarse libremente y a conseguir sus metas y objetivos propuestos. Cuando una persona tiene actitudes positivas controla mejor su ambiente y está más satisfecha consigo misma y con los demás.

- **Actitudes negativas**

Son aquellas que no nos permiten progresar, mantener buenas relaciones con los demás, alcanzar nuestras metas y objetivos en la vida. Por ejemplo en los niños las actitudes negativas son las que no los deja ser buenos estudiantes, obedientes con sus padres, respetuosos y tolerantes con sus compañeros ²².

2.3.15. CARACTERÍSTICAS DE LAS ACTITUDES

- Las actitudes son adquiridas, son el resultado de las experiencias y del aprendizaje que el individuo ha obtenido a lo largo de su historia de vida, que contribuye a que denote una tendencia a responder de determinada manera y no de otra.
- Las actitudes son de naturaleza dinámica, es decir, pueden ser flexibles y susceptibles a cambio, especialmente si tienen impacto en el contexto en el que se presenta la conducta.

- Las actitudes son impulsoras del comportamiento, son la tendencia a responder o a actuar a partir de los múltiples estímulos del ambiente.
- Las actitudes son transferibles, es decir, con una actitud se puede responder a múltiples y diferentes situaciones del ambiente ²².

2.3.16. ALIMENTACIÓN ADECUADA

Una alimentación saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes que necesitas para mantenerte sana, sentirte bien y tener energía. Estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales.

La nutrición es importante para todos. Combinada con la actividad física y un peso saludable, la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a tu cuerpo a mantenerse fuerte y saludable. Si tienes antecedentes de cáncer de mama o estás en tratamiento, la buena alimentación es especialmente importante para ti. Lo que comes puede influir en tu sistema inmunitario, tu estado de ánimo y tu nivel de energía.

Ningún alimento o dieta puede impedir la aparición del cáncer de mama. Si bien los investigadores aún están estudiando los efectos de comer alimentos no saludables (en inglés) en el riesgo de tener cáncer de mama y su recurrencia, lo que *sí* sabemos es que el sobrepeso (en inglés) es un factor de riesgo, tanto de la primera aparición del cáncer de mama como de su recurrencia. En esta sección puedes aprender a comer de una forma que mantenga tu cuerpo lo más sano posible ²⁴.

2.3.17. LA ALIMENTACIÓN INADECUADA

Se considera una alimentación inadecuada la que favorece enfermedades como la obesidad y la arterioesclerosis, entre otras posibles enfermedades. Una dieta sana ha de tener presente alimentos ricos en fibra (pan integral, frutas, verduras, legumbres, frutos secos...) y una proporción global

adecuada de hidratos de carbono (50%), grasas (30% máximo, no debiendo superar las saturadas el 8%-10%) y proteínas (15%).

Una dieta con excesivas calorías o con exceso de grasas o hidratos de carbono conduce a la obesidad, sobre todo en ausencia de una práctica adecuada y regular de ejercicio. La obesidad favorece múltiples trastornos de salud, de los cuales destacan el síndrome de resistencia a la insulina (clave de la diabetes) y las enfermedades cardiovasculares.

La lucha contra la obesidad es prioridad en la política sanitaria de todos los países del mundo occidental y se centra en concienciar a la población en la mejora de los hábitos saludables relacionados con la alimentación y la práctica de ejercicio ²⁴.

2.3.18. CONSECUENCIAS POR UNA MALA ALIMENTACIÓN

Las consecuencias de una mala alimentación pueden ser más o menos graves y se pueden revertir modificando la dieta hacia una alimentación saludable y completa. Pero hay que tener presente que en algunos casos, puede ser motivo de problemas no sólo físicos sino que también mentales. .

Una carencia de sustancias nutritivas puede generar enfermedades como la anemia, el bocio, escorbuto o raquitismo entre otras. En caso de que se trate de una deficiencia leve que es reciente seguramente se sufrirá de una baja en la resistencia física, en la capacidad mental, trastornos de carácter, calambres, adormecimiento y dolores de cabeza entre otras dolencias ²¹.

2.3.19. EL SEDENTARISMO

Es el estilo de vida más cotidiano que incluye poco ejercicio, suele aumentar el régimen de problemas de salud, especialmente aumento de peso (obesidad) y padecimientos cardiovasculares. Es el estilo de vida en las ciudades modernas, altamente tecnificadas, donde todo está pensado para evitar grandes esfuerzos físicos, en las clases altas y en los círculos en donde las personas se dedican más a actividades intelectuales, aumenta la probabilidad de que se presente este hábito ²².

2.3.20. ACTIVIDAD FÍSICA

Comprende un conjunto de movimientos del cuerpo obteniendo como resultado un gasto de energía mayor a la tasa del metabolismo basal. A veces se utiliza como sinónimo de ejercicio físico, que es una forma de actividad. Varios aspectos de la condición física.³ La actividad física que realiza el ser humano durante un determinado período mayor a 30 minutos y más de tres veces por semana generalmente ocurre en el trabajo o vida laboral y en sus momentos de ocio. Ello aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo de reposo, es decir, la actividad física consume calorías ²².

2.3.21. EFECTOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- Se ha comunicado que los estudiantes de ambos sexos (niñas y niños) que presentan obesidad ven televisión más tiempo y realizan actividades menos intensas y más breves que estudiantes normales. También se ha demostrado en escolares obesos un bajo gasto energético de reposo y reducidos índices de actividad física, que incluye el deporte y la educación física.
- La actividad física no sólo aumenta el consumo de calorías sino también el metabolismo basal, que puede permanecer elevado después de 30 minutos de acabar una actividad física moderada. La tasa metabólica basal puede aumentar un 10 % durante 48 horas después de la actividad física. La actividad física moderada no aumenta el apetito, incluso lo reduce. Las investigaciones indican que la disminución del apetito después de la actividad física es mayor en individuos que son obesos, que en los que tienen un peso corporal ideal.
- Una reducción de calorías en la dieta junto con la actividad física puede producir una pérdida de grasa corporal del 98 %, mientras que si sólo se produce una reducción de calorías en la dieta se pierde un

25 % de masa corporal magra, es decir, músculo, y menos de un 75 % de la grasa ²².

2.3.22. CONSECUENCIAS DE LA INACTIVIDAD FÍSICA

- El sedentarismo se ha definido como carencia de actividad física de moderada a intensa. La falta de actividad física trae como consecuencia
- El aumento de peso corporal por un desequilibrio entre el ingreso y el gasto de calorías, que puede alcanzar niveles catalogados como obesidad.
- Disminución de la elasticidad y movilidad articular, hipotrofia muscular, disminución de la habilidad y capacidad de reacción.
- Ralentización de la circulación con la consiguiente sensación de pesadez y edemas, y desarrollo de dilataciones venosas (varices).
- Dolor lumbar y lesiones del sistema de soporte, mala postura, debido al poco desarrollo del tono de las respectivas masas musculares ²².

2.4. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS OPERACIONALES

- **Actitudes.**

Allport G. define actitud como “un estado mental y neurofisiológico de disponibilidad, organizado por la experiencia, que ejerce una influencia directiva

- **Conocimiento**

Se considera como un artículo que puede ser transferido entre personas y sistemas en vez de una propiedad inherente como lo es la inteligencia. El conocimiento es la Información acerca del mundo la cual permite a un ser tomar decisiones.

- **Prevención**

La prevención es el resultado de concretar la acción de prevenir, la cual implica el tomar las medidas precautorias necesarias y más adecuadas con la misión de contrarrestar un perjuicio o algún daño que pueda producirse ²³

- **Obesidad**

La obesidad es una enfermedad crónica tratable que aparece cuando existe un exceso de tejido adiposo (grasa) en el cuerpo.

- **Sobrepeso**

Es causado por acumulación excesiva de grasa corporal, es la causa más frecuente siendo una condición común especialmente donde los suministros de alimentos son abundantes y predominan los estilos de vida sedentarios.

2.5. HIPÓTESIS

2.5.1. HIPÓTESIS GENERAL

H1: El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad entonces la actitud será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

Ho: El nivel de conocimiento no es bueno sobre la obesidad entonces la actitud será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

2.5.2. HIPÓTESIS ESPECIFICAS

Hi₁: El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

Ho₁: El nivel de conocimiento no es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

Hi₂: La actitud es positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

Ho₂: La actitud no es positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018

2.6. VARIABLES

2.6.1. VARIABLE INDEPENDIENTE

Nivel de conocimiento sobre la obesidad

2.6.2. VARIABLE DEPENDIENTE

Actitud para prevenir la obesidad

2.7. Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIÓN MEDICIÓN	TIPO DE VARIABLE	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE INDEPENDIENTE				
NIVEL DE CONOCIMIENTO PARA PREVENIR LA OBESIDAD	CONOCIMIENTO BUENO (16-30) CONOCIMIENTO MALO (1-15)	CUALITATIVA (categórica)	<ul style="list-style-type: none"> - Obesidad - Causas - Factores - Sitios - Síntomas - Complicaciones - Tipos - Clasificación - Medir - Clases 	NOMINAL (dicotómico)
VARIABLE DEPENDIENTE				
ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD	ACTITUD POSITIVA (31-60) ACTITUD NEGATIVA (1- 30)	CUALITATIVA (categórica)	<ul style="list-style-type: none"> - Tomar en serio - Incomodo - Preocupado - Subir de peso - Alimentos que no engorden - Ganar kilos de peso - Preocupa ponerme 	NOMINAL (politomica)

			<ul style="list-style-type: none"> - gordo - Estilo de vida saludable - Ejercicios físicos - Pérdida de peso - Fuerza de voluntad - Tienen peso por su propia Culpa 	
VARIABLES DE CARACTERIZACION				
CARACTERISTICA DEMOGRAFICAS	EDAD	CUANTITATIVA (numérica)	- Años	DE RAZON
	GÉNERO	CUALITATIVA (categórica)	<ul style="list-style-type: none"> - Femenino - masculino 	NOMINAL
CARACTERISTICA FAMILIARES	VIVENCIA	CUALITATIVA (categórica)	<ul style="list-style-type: none"> - Padres - Tíos (as) - Abuelos (as) 	NOMINAL
CARACTERISTICA SOCIALES	GRADO DE ESCOLARIDAD	CUALITATIVA (categórica)	<ul style="list-style-type: none"> - 3°de secundaria - 4°de secundaria - 5°de secundaria 	ORDINAL

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Según la intervención el estudio fue observacional, debido a que no se manipularon ninguna variable.

Según la planificación de la medición de la variable de estudio fue de tipo prospectivo, porque se registró la información en el momento que ocurra los hechos.

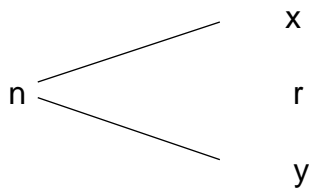
Según el número de mediciones de la variable de estudio fue de tipo transversal, porque se estudió las variables en un solo momento, en un tiempo único.

Según el número de variables de interés, el presente estudio fue de tipo analítico correlacional, pues se estudiaron dos variables, donde se plantearon y se pusieron a prueba las hipótesis de investigación, buscando establecer la relación existente entre los conocimientos y actitudes para prevenir la obesidad.

De acuerdo al enfoque de investigación este estudio fue de tipo cuantitativo, puesto que existió una medición en el procedimiento de los datos.

3.2. DISEÑO DE ESTUDIO

El presente estudio de investigación fue un estudio de tipo de diseño descriptivo correlacional, cuyo diseño que se utilizó para la investigación corresponde al siguiente esquema:



Donde:

n: Muestra

x: nivel de conocimiento para prevenir la obesidad

y: actitud para prevenir la obesidad

r: relación entre ambas variables

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA**Población**

La población estuvo constituida por 75 estudiantes del Centro Educativo Particular María de los Ángeles Huánuco del 3° al 5° grado de secundaria según nómina de alumnos matriculados.

3.3.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA POBLACIÓN

- Criterios de inclusión
 - ✓ Alumnos matriculados
 - ✓ Están cursando el tercero, cuarto y quinto de secundaria
 - ✓ Tuvieron asistencia regular a las clases académicas
- Criterios de exclusión
 - ✓ No se encuentran en el aula en el momento de la recolección de los datos.
 - ✓ Solicitaron permiso para no asistir a clases por diversos motivos.
 - ✓ Se encuentran enfermos, o imposibilitados para poder participar en la toma de medidas antropométricas para el llenado respectivo de los instrumentos de investigación

3.3.2. UBICACIÓN DE LA POBLACIÓN EN ESPACIO Y TIEMPO

- Ubicación en el espacio: El Centro Educativo Particular se encuentra ubicado en el Jr. Leoncio Prado N° 1431 Distrito Huánuco, Provincia Huánuco, Departamento Huánuco.

- Ubicación en el tiempo: La recolección de datos se realizó en el mes de noviembre 2018

3.4. MUESTRA Y MUESTREO

3.4.1. UNIDAD DE ANÁLISIS

Estudiantes en estudio

3.4.2. UNIDAD DE MUESTREO

La unidad seleccionada fue igual que la unidad de análisis

3.4.3. MARCO MUESTRAL

Nómina de alumnos matriculados en el tercer, cuarto y quinto de secundaria del centro Educativo Particular María de los Ángeles

3.4.4. TAMAÑO MUESTRAL

Por ser una población pequeña se va a trabajar con toda la población del tercer al quinto de secundaria que es un total de 75 alumnos.

3.4.5. TIPO DE MUESTREO

Muestreo no probabilístico por conveniencia teniendo en consideración los criterios de inclusión y exclusión inicialmente planteados

3.5. MÉTODOS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- Guía de encuesta sociodemográficos (Anexo 01).

Este instrumento consta de 03 dimensiones clasificadas en 3 partes: características demográficas (02 reactivos) características sociales (01 reactivo), características familiares (01 reactivo).

- Encuestas sobre conocimiento de la obesidad (Anexo 02).

Este instrumento consta de 10 preguntas clasificadas en 5 dimensiones: cada respuesta correcta equivale, mientras que las respuestas incorrectas equivalen a 01 punto por lo tanto el que obtenga puntaje de 1 no evidencia un conocimiento y con puntaje 2 evidencia un conocimiento bueno.

Conocimiento bueno: 11 – 20 puntos

Conocimiento malo: 1 – 10 puntos

- Escala para evaluar actitud para prevenir la obesidad (anexo 03)

Escala de likert para evaluar la actitud de los estudiantes

Esta escala, consta de una estructura de 12 preguntas para determinar el grado de satisfacción o insatisfacción del usuario los que obtengan una puntuación de 1 se encuentran totalmente en desacuerdo, un puntaje de 2 se encuentran en desacuerdo, un puntaje de 3 se encuentran indeciso, puntaje 4 están de acuerdo, puntaje 5 se encuentran totalmente de acuerdo.

Actitud positiva: 31 – 60 puntos

Actitud negativa: 1 – 30 puntos

3.5.1. PARA LA PRESENTACIÓN DE DATOS

La validez de los instrumentos de recolección de datos del estudio, fueron sometidos a las respectivas pruebas de validación de carácter cualitativo y cuantitativo.

3.5.2. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

Validación cualitativa

Validez racional

En esta etapa de validación se tomó en cuenta la validez racional donde se recolecto la información bibliográfica disponible en diversas literaturas respecto al tema de estudio.

Validez de jueces

Se realizó la validación mediante el juicio de expertos, con el objetivo de determinar la validez de contenido del instrumento, se consideró los siguientes procedimientos: se seleccionó 04 jueces expertos cumpliendo con los siguientes requisitos: MG. Gladys Estacio Flores, Lic. En enfermería Karen Tarazona Céspedes, Lic. En nutricionista Jimmy Arrieta Alvites Lic. En Enfermería José Reyes Sotelo; quienes evaluaron cada uno de los ítems de los instrumentos en términos de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad de cada uno de los ítems de los instrumentos de investigación en estudio.

- Oficio de validación de instrumentos de recolección de datos por juicio de expertos.
- Hoja de instrucciones
- Constancia de validación
- Validación del instrumento
- Instrumentos
- Matriz de consistencia

Validación cuantitativa

Se realizó una prueba piloto para someter los instrumentos de recolección de datos a prueba en nuestro contexto e identificar dificultades de ortografía, palabras no comprensibles, ambigüedad de las preguntas y control del tiempo necesario para cada instrumento. En la validación cuantitativa se consideró la estimación del nivel de confiabilidad del presente estudio de investigación

Se llevó a cabo una prueba piloto donde se sometió el instrumento a evaluación a nuestro contexto, realizando el control de tiempo y logística necesaria para la aplicación de cada instrumento.

La prueba piloto se realizó a 10 estudiantes del segundo grado de secundaria del centro educativo particular María de los Ángeles.

Posteriormente se procedió a determinar el análisis de confiabilidad del instrumento realizado en la encuesta sobre conocimiento y actitud para prevenir la obesidad a través de la prueba de Pearson.

3.6. PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- Solicitud de permiso a la dirección del centro educativo del centro educativo particular María de los Ángeles
- Se tuvo en cuenta un estudio de prueba piloto como estudio preliminar.
- Se consideró la validez del estudio mediante la validación cualitativa sobre todo mediante el juicio de expertos.
- Se procedió a la selección de los estudiantes en estudio.
- Se aplicó los instrumentos para la toma de datos durante la investigación
- Selección, tabulación y evaluación de datos.
- Se interpretó los datos según los resultados
- Se ejecutó el informe final

3.7. ELABORACIÓN DE LOS DATOS

- Revisión de los datos. Se examinará en forma crítica cada uno de los instrumentos de recolección de datos que se utilizarán; asimismo, se realizará el control de calidad a fin de hacer las correcciones necesarias.
- Codificación de los datos. Se realizará la codificación en la etapa de recolección de datos, transformándose en códigos numéricos de acuerdo a las respuestas esperadas en los instrumentos de recolección de datos respectivos, según las variables del estudio.
- Clasificación de los datos. Se ejecutará de acuerdo a las variables de forma categórica, numérica y ordinal.
- Presentación de datos. Se presentará los datos en tablas académicas y en figuras de las variables en estudio.

3.8. ANÁLISIS DE LOS DATOS

Análisis descriptivo

En el análisis descriptivo de los datos se utilizó sobre todo por el carácter de los datos el análisis de las frecuencias y los porcentajes mediante tablas adecuados a la necesidad.

Análisis inferencial

Dentro de este análisis, se tuvo en consideración los siguientes pasos: se analizó cada una de las tablas presentadas comparando las frecuencias relativas observadas en el grupo en estudio, que permitió determinar las frecuencias y porcentajes obtenidos en cada una de las dimensiones de la variable en estudio, con la finalidad de determinar diferencias estadísticas significativas entre cada una de las frecuencias observadas. Para el procesamiento de datos se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22, de Windows.

3.9. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN

- Beneficencia: El presente estudio beneficio a cada uno de los alumnos participantes para que así se implemente programas que permitan mejorar el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad.
- No maleficencia: Esta investigación por ser observacional no represento ningún riesgo para la muestra; porque no se puso en riesgo la dignidad, ni los derechos de los participantes, ya que la información fue de carácter confidencial y de uso estricto solo para fines de investigación
- Justicia: En el presente estudio se trató a todos los estudiantes por igual y se aplicó el consentimiento informado con la colocación de la firma o huella digital por parte de los estudiantes carácter escrito.
- Autonomía: Este estudio respeto la decisión de los estudiantes

- Fidelidad: se garantizó el anonimato de las entrevistas de la muestra en estudio.
- Honestidad: todos los datos de la presente investigación fueron datos verídicos y no existió errores de la muestra en estudio.

CAPITULO IV

RESULTADOS

Tabla 1 Edad y genero de los estudiantes del centro educativo particular
María de los Ángeles – Huánuco 2018

DEMOGRAFICAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EDAD		
14 – 15 años	22	29.3
16 – 18 años	53	50.3
GENERO		
masculino	45	60.6
femenino	30	40.0

Fuente: Encuesta, 2018

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

La tabla 1: indica que el 70.7% (53) de estudiantes estudiadas presentaron edades entre 16 a 18 años y, el 29.3 % (22) entre 14 a 15 años. También señale que, el 60% (45) de estudiantes estudiados pertenecen al género masculino y, el 40% (30) pertenecen al género femenino.

Tabla 2 Parentesco que viven con los estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018

CARACTERISTICAS FAMILIARES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
PARENTESCO		
Padres	60	80.0
Tíos	8	10.7
Abuelos	7	9.3
TOTAL	75	100

Fuente: Encuesta, 2018

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

Tabla 2: Indica que, el 80% (60) de estudiantes estudiados afirmaron vivir con sus padres, el 10.7% (8) con sus tíos y, el 9.3 % (7) con sus abuelo.

Tabla 3 Grado de escolaridad de los estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018

CARACTERISTICAS SOCIALES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
GRADO DE ESCOLARIDAD		
Tercer año	15	20.0
Cuarto año	15	20.0
Quinto año	45	60.0
TOTAL	75	100

Fuente: Encuesta, 2018

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

La tabla 3: Muestra que, el 20% (15) estudiantes estudiados se encontraron en el grado de escolaridad tercer año de secundaria, el 20% (15) cuarto año de secundaria y, el 60% (45) en el quinto año respectivamente.

Tabla 4 Nivel de conocimiento para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018

NIVEL DE CONOCIMIENTO PARA PREVENIR LA OBESIDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BUENO	61	81.3
MALO	14	18.7
TOTAL	75	100

Fuente: Encuesta

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

La tabla 4: Indica que, un promedio de 81.3% (61) de estudiantes evaluados mediante una encuesta afirmaron tener buenos conocimientos sobre la obesidad y el 18.7% (14) afirmaron tener conocimiento malo.

Tabla 5 Actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018

ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ACTITUD POSITIVA	53	70.7
ACTITUD NEGATIVA	22	29.3
TOTAL	75	100.0

Fuente: Escala de likert

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

La tabla 5: Señala que, un promedio de 70.7% (53) de estudiantes estudiados mediante la evaluación de la escala de Likert afirmaron tener una actitud positiva para prevenir la obesidad y, el 29.3% (22) afirmaron tener una actitud negativa.

Tabla 6 Relación entre el nivel de conocimiento y la actitud prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco 2018

CONOCIMIENTO	ACTITUD				TOTAL	
	POSITIVO		NEGATIVO			
	Fi	%	fi	%	Fi	%
BUENO	45	60.0	16	21.3	61	81.3
MALO	8	10.7	6	8.0	14	18.7
TOTAL	53	70.7	22	29.3	75	100.0

Fuente: Encuesta escala de likert

Elaboración: El investigador

INTERPRETACION:

La tabla 6: Indica que, un promedio de 81.3% (61) de estudiantes estudiados afirmaron tener buenos conocimientos sobre la obesidad y, el 18.7% (14) afirmaron tener malos conocimientos respectivamente. De los cuales, un porcentaje promedio de 70.7% (53) de estudiantes indicaron tener actitud positiva para prevenir la obesidad y, el 29.3% (22) actitud negativa.

RESULTADOS INFERENCIAL:

Para el contraste de las hipótesis se aplicó la prueba de significancia del chi cuadrado: X^2

A. Conocimiento sobre obesidad

Tabla 7 Conocimiento sobre obesidad

	BUENO	MALO	GL	P	X^2
CONOCIMIENTO	61	14	1	0.05	6.3

La tabla nos muestra el valor de significancia de: ($P=0.05 \leq 1.53$); por tanto, afirma: El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco.

B. Actitud para prevenir la obesidad

Tabla 8 Actitud para prevenir la obesidad

	POSITIVA	NEGATIVA	GL	P	X^2
ACTITUD	53	22	1	0.05	6.2

La tabla nos muestra el valor de significancia de: ($P=0.05 \leq 1.53$); por tanto, afirma: La actitud es positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles – Huánuco.

C. Relación entre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad

Tabla 9 Relación entre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad

ACTITUD						
CONOCIMIENTO	+	-	TOTAL	GL	P	X ²
BUENO	45	16	61			
MALO	8	6	14	1	0.05	1.53
TOTAL	53	22	75			

La tabla nos muestra el valor de significancia del ($P=0.05 \leq 1.53$); de los cuales afirma: Existe relación entre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles -Huánuco 2018.

CAPITULO V

DISCUSION DE RESULTADOS

De acuerdo a los resultados obtenidos mediante la prueba de hipótesis se encontraron que: El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular Mara de los Ángeles con la significancia (X^2 :0.05, GL:1, P:6.3);por otro lado : La actitud es positiva para prevenir la obesidad, con una significancia (X^2 :0.05, GL:1, P:6.2);lo cual, el resultado general confirma que : Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles -Huánuco. De esta manera se llegaron a conclusiones: Un porcentaje promedio de 81.3% de estudiantes afirmaron tener un nivel de conocimiento bueno sobre la obesidad. El 70.7% de estudiantes indicaron confirmar la actitud es positiva para prevenir la obesidad. Frente a estos resultados, según la página web:<http://www.cuidateplus.com/enfermedades/digestivas/obesidad.html>.dice: La obesidad es una enfermedad crónica tratable que aparece cuando existe un exceso de tejido adiposo(grasa) en el cuerpo, los expertos advierten de que sus efectos más negativos se producen por que actúan como un agente que acentúa y agrava a corto plazo y de forma muy evidente patologías graves como la diabetes, la hipertensión, las complicaciones cardiovasculares(especialmente la cardiopatía isquémica), e incluso algunos tipos de cáncer, como los gastrointestinales.

Al respecto, Díaz, Mena, Chavarría, Rodríguez, Valdivia en su estudio encontraron que: los niños(as) que tenían mala actividad física alcanzan el 76% de obesidad y sobrepeso, a diferencia del 20% de exceso de peso que tienen los estudiantes que realizan actividad física regular. A pesar de no haber encontrado relación entre el estado nutricional y la calidad alimentaria, hay mayor proporción de obesidad en los niños (as) con alta calidad alimentaria. El alto porcentaje de exceso de peso en los estudiantes podría explicarse más bien por la falta de actividad física que por el consumo de alimentos, a pesar de que la mayoría dice tener buena calidad alimentaria. Resultados que interpretan dichos investigadores no presenta ninguna

relación directa entre los datos encontrados y estudiados en nuestra investigación.

Por otra parte, Churrango, Quispe, Sandoval en su estudio encontraron que los hábitos alimentarios de los adolescentes fueron regulares en un 51.4%, buenos 23.4%, el 64% presento estado alimentario normal, desnutrido 20%, sobrepeso en un 13.7%, obesidad en 2.3%, Donde los adolescentes de 11 a 14 años presentan hábitos alimentarios regulares a deficientes. El patrón de consumo se caracteriza por tres raciones de alimentos al día, consumo de productos lácteos, legumbres, hamburguesas, salchipapas o tacos 1 a 3 veces por semana. Consumo de frutas diario y la compra de alimentos de 1 a 3 veces por semana. El estado alimentario de los adolescentes es normal y un porcentaje significancia se encontró desnutrido, con sobrepeso y obesidad. Datos que mencionan no tienen ninguna similitud con los resultados que encontramos en nuestro estudio, por la sencilla razón de que el tema nuestro no es similar que los autores mencionados.

Así mismo, Fabián D. en su estudio señala: en cuanto al indicador índice de masa corporal para la edad, el 69.4% de alumnos presentaron un estado normal, el 15.3% tuvo sobre peso, el 10.2% delgadez y el 5.1% obesidad. En cuanto al indicador talla para la edad, el 86.4% presento talla normal y el 13.6% talla baja. Respecto el rendimiento académico, el 83.1% tuvo rendimiento alto y el 16.9% presento rendimiento medio. Al analizar la relación entre las variables, no se encontró relación entre el indicador nutricional índice de masa corporal para la edad y el rendimiento académico; y no se encontró relación entre el indicador nutricional talla para la edad y rendimiento académico. Datos que indica Fabián en su estudio no presentan similitud con los resultados encontrados en nuestra investigación debido al problema planteado.

De los cuales, Nola Pender manifiesta: La promoción de la salud nos permite comprender comportamientos humanos relacionados con la salud, y a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables. Donde la promoción de la salud se basa en la educación y como llevar una vida sana para la salud es cualquier combinación de experiencias educativas para

capacitar y reforzar adopciones de comportamientos que conducen a la salud.

CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos planteados e investigados se llegaron a conclusiones:

1. Según las características sociodemográficas de los estudiantes estudiados; el 70.7% presentaron edades entre 16 a 18 años y 29.3% entre 14 a 15 años. El 60% pertenecen al género masculino y 40% al género femenino. El 80% viven con sus padres.
2. Un porcentaje promedio de 81.3% de estudiantes de la muestra estudiada afirmaron tener un nivel de conocimiento bueno sobre la obesidad y, un 18.7% conocimiento malo.
3. Un porcentaje promedio de 70.7% de estudiantes de la muestra estudiada indicaron tener una actitud positiva sobre la prevención de la obesidad y, el 29.3% con actitud negativa.
4. Un porcentaje de 81.3% de estudiantes evaluados presentaron un nivel de conocimiento bueno sobre la obesidad, en relación del 70.7% que presentaron una actitud positiva frente a la prevención de la obesidad.
5. A través de la prueba de hipótesis se tuvo el resultado de que “existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco. Con una significancia ($P=0.05 \leq 1.53$).

RECOMENDACIONES

- Promover a los estudiantes acerca de la obesidad a través de capacitaciones y sesiones educativas para que se orienten sobre las consecuencias que se puede presentar si no realizamos actividades físicas y tener una buena alimentación.
- Capacitar a los padres de familia sobre los requerimientos alimenticios de sus hijos según su edad, la importancia de fomentar el hábito al deporte y su beneficio a largo plazo. Además se les debe de informar sobre los riesgos de salud que conlleva el padecimiento de sobrepeso y la obesidad.
- Solicitar el apoyo de organizaciones para la difusión de una buena alimentación y actividad física saludable dentro de las aulas educativas.
- Involucrarse en el cuidado de sus hijos y estar pendientes en cuanto a su alimentación y las actividades que realizan.
- Se debe instruir a los alumnos sobre las ventajas de comer saludable, la pirámide de los alimentos y como se obtiene el mejor beneficio para su salud. Impulsarlos a que practiquen algún deporte de manera continua y cuáles son los beneficios que obtendrán de eso tanto a corto como a largo plazo.
- No basta el hecho de informar a los alumnos sobre cuáles son los hábitos alimenticios que debieran tener, puesto que los padres son los encargados de suministrar y preparar dichos alimentos

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. L. O., Torres, S. F., Aguirre, M. F. O., Romero, A. L. S. Granados, P. S. V. (2015). Actitudes implícitas hacia la obesidad en adolescentes de la Ciudad de México. *Psicología y Salud*, 25(1), 15-24.
2. Obesidad en la adolescencia [internet]. [consultado 2017 noviembre 27]. disponible en: <https://www.clinicalascondes.cl/centros-y-especialidades/centros/centro-de-nutricion/noticias/te-puede-interesar/obesidad-en-la-adolescencia>
3. [internet]. [consultado 2017 agosto 20]. disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182015000300008&script=sci_arttext&tIng=en
4. Díaz Martínez, X., Mena Bastías, C., Chavarría Sepúlveda, P., Rodríguez Fernández, A., & Valdivia-Moral, P. Á. (2013). Estado nutricional de escolares según su nivel de actividad física, alimentación y escolaridad de la familia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 39(4), 640-650.
5. Martínez, J. A., Moreno-Aliaga, M. J., Marques-Lipes, I., & Marti, A. (2002). Causas de obesidad.
6. Rossi, R. R. (2006). La obesidad infantil y los efectos de los medios electrónicos de comunicación. Guadalajara, Guadalajara, México.
7. Marcos, A. (2016). Intervención integral en la obesidad del adolescente. *Revista de Medicina de la Universidad de Navarra*, 50(4), 23.
8. Arroyo-López, P. E., & Carrete-Lucero, L. (2015). Alcance de las acciones para prevenir el sobrepeso y la obesidad en adolescentes. El caso de las escuelas públicas mexicanas. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 14(28), 142-160.
9. Juan de dios f, Carlos s. estilos de vida y Situación de salud en comerciantes del mercado de abastos Huancavelica- línea de investigación. *Salud pública para optar el título profesional de; licenciado(a) en enfermería* 2014

10. Sandoval Pantoja, J. P., Quispe Ticona, R. L., Fuentes, C., & Corina, S. (2015). Hábitos y estado alimentario de los adolescentes de 11 a 14 años en una institución educativa nacional
11. Zevallos I. Hábitos alimenticios y actividad física del personal administrativo de la universidad de Huánuco tesis para optar el Título profesional de: licenciada en enfermería universidad de Huánuco. 2016
12. Fabián Suarez, D. (2016). Estado nutricional y su relación con el rendimiento académico de los alumnos del tercer grado de educación primaria de la institución educativa Marcos Durán Martel, amarilis 2015.
13. Nola Pender Teoría sobre la promoción de la salud [internet]. [consultado 2017 mayo 05]. disponible en: <https://enfermeriavulare16.files.wordpress.com/2016/05/teorcn3ada-nola-j-pender-modelo-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>
14. Thorndike Teoría del aprendizaje [internet]. [consultado 2017 mayo 05]. disponible en: <http://www.editorial.unca.edu.ar/Publicacione%20on%20line/DIGITESI/S/Curotto%20Margarita/pdf/capitulo-2.pdf>
15. Piaget Teoría del aprendizaje [internet]. [consultado 2017 mayo 07]. disponible en: <http://www.editorial.unca.edu.ar/Publicacione%20on%20line/DIGITESI/S/Curotto%20Margarita/pdf/capitulo-2.pdf>
16. obesidad [internet]. [consultado 2017 noviembre 27]. disponible en <https://es.wikipedia.org/wiki/Obesidad>
17. enfermedades digestivas [internet]. [consultado 2017 octubre 15]. disponible en <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/digestivas/obesidad.html>
18. Obesidad [internet]. [consultado 2017 octubre 17]. disponible en <http://www.monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidad.shtml>
<http://www.infosalus.com/enfermedades/nutricion-endocrinologia/obesidad/que-es-obesidad-104.html>
19. Conocimiento [internet]. [consultado 2017 octubre 20]. disponible en <https://es.wikipedia.org/wiki/Conocimiento>

20. Características [internet]. [consultado 2017 octubre 20]. disponible en <https://www.gestiopolis.com/conocimientos-intuitivo-religioso-empirico-filosofico-y-cientifico-definicion-caracteristicas-y-relevancia/>
21. Actitud [internet]. [consultado 2017 octubre 22]. disponible en Wikipedia
22. componentes de la actitud [internet]. [Consultado 2017 noviembre 20]. Disponible en http://es.wikipedia.org/wiki/Actitud#Componentes_de_la_actitud
22. Actividad física [internet]. [consultado 2017 noviembre 27]. disponible en https://es.wikipedia.org/wiki/Actividad_f%C3%ADsica
23. Prevención [internet]. [consultado 2017 noviembre 27]. disponible en <https://www.definicionabc.com/general/prevencion.php>
24. Alimentación adecuada [internet]. [consultado 2017 Diciembre 27]. disponible en https://www.breastcancer.org/es/consejos/nutricion/alimentacion_saludable
25. Sobrepeso [internet]. [consultado 2017 Diciembre 30]. disponible en https://www.google.com/search?rlz=1C1PRFE_enPE604PE604&ei=dYmmXPZuqdrmAvuSjuAD&q=sobrepeso&oq=sobrepeso&gs_l=psy-ab.3..0i71l8.0.0..27346...0.0..0.0.0.....0.....gws-wiz.McPHUC-34FI

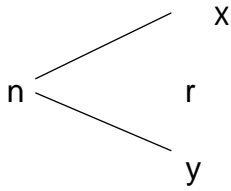
ANEXOS

ANEXO 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO DE ESTUDIO: “Nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018”

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS DESCRIPTIVAS	VARIABLE	METODOS
<p>¿Cuál es el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p> <p>PROBLEMA ESPECIFICO</p> <p>¿Cuál es el nivel de</p>	<p>Determinar el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>OBJETIVO ESPECIFICO</p> <p>Identificar el nivel de conocimiento sobre obesidad en estudiantes del</p>	<p>H1:El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad entonces la actitud será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H0:El nivel de conocimiento no es bueno sobre la obesidad entonces la actitud será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los</p>	<p>Variable independiente:</p> <p>Nivel de conocimiento sobre la obesidad</p> <p>Variable dependiente:</p> <p>Actitud para prevenir la obesidad</p> <p>Variable de caracterización</p> <p>Demográficos</p> <p>Sociales</p>	<p>Tipo de estudio: (Cualitativo)</p> <p>Según la intervención del investigador, es OBSERVACIONAL, ya que no existirá intervención.</p> <p>Según la planificación de la medición de la variable de estudio, es PROSPECTIVO, porque se registrara la</p>

<p>conocimiento sobre obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p> <p>¿Cuál es la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p> <p>¿Qué relación existe entre el nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p>	<p>centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p> <p>Evaluar la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p> <p>Valorar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018?</p>	<p>Ángeles Huánuco 2018</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICO</p> <p>H1: El nivel de conocimiento es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H0: El nivel de conocimiento no es bueno sobre la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H1: La actitud será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H0: La actitud no será positiva para prevenir la obesidad en estudiantes del</p>	<p>Familiares</p>	<p>información tal en el momento que ocurran los hechos.</p> <p>Según el número de mediciones de la variable de estudio, es TRANSVERSAL, porque se estudiarán las variables en un solo momento.</p> <p>Según el número de variables de estudio, es DESCRIPTIVA.</p> <p>DISEÑO:</p> <p>Es un estudio descriptivo correlacional, cuyo diseño es:</p> 
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H1: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p> <p>H0: No existe relación entre el nivel de conocimiento y la actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco 2018</p>		<p>POBLACION:</p> <p>El presente trabajo de investigación se aplicara en estudiantes del centro educativo particular María de los Ángeles Huánuco.</p> <p>INSTRUMENTO Encuesta sobre conocimiento para prevenir la obesidad</p> <p>Actitud para prevenir la obesidad</p>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ANEXO 02



"AÑO DE LA INSTITUCIONALIZACIÓN DE LA SALUD"

CONSTANCIA DE REVISIÓN DE LA TESIS POR EL SISTEMA ANTI PLAGIO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

El encargado de la revisión de la tesis del Programa Académico de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Huánuco, hace constar que:

La Tesis titulada: "NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARÍA DE LOS ÁNGELES – HUÁNUCO 2018", de la alumna, SÁNCHEZ TACUCHE Tania Rocío, pasó satisfactoriamente la revisión por el Sistema Anti Plagio, con un porcentaje de autenticidad del 62% y una coincidencia del 38%.

Se expide la presente, interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 29 de enero del 2020


Dra. Juana Irma Palacios Zevallos
RESPONSABLE DE REVISIÓN
DEL ANTIPLAGIO DE TESIS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ANTES DE LA VALIDACION

ANEXO 03

CODIGO:

FECHA ____/____/____

GUIA DE ENCUESTA DE LAS CARACTERISTICAS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES HUANUCO

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2017”.

INSTRUCCIONES: Estimado alumno (a) la presente guía de encuesta forma parte de un estudio orientado a obtener información sobre sus características generales como son (demográficas, sociales, académicos, familiares e informativos) sírvase a contestar con toda la sinceridad del caso marcando con una (X) dentro de los paréntesis las alternativas que usted crea pertinente, las cuales serán manejadas confidencialmente:

Gracias por su colaboración

I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS

1. ¿Cuál es su edad?

2. ¿A qué género pertenece?

a) Masculino ()

b) Femenino ()

3. ¿Cuál es su procedencia?

a) Mismo Huánuco ()

b) Fuera de Huánuco ()

II. CARACTERÍSTICAS SOCIALES

4. ¿Qué religión profesas?

a) Católico ()

b) Evangélico ()

c) Mormón ()

d) Otros _____

5. ¿Grado de escolaridad?

a) Tercero de secundaria

b) Cuarto de secundaria

c) Quinto de secundaria

III. DATOS FAMILIARES

6. ¿Con quién vives?

a) Con mis padres ()

b) Abuelos (a) ()

c) Tíos (a) ()

d) Solo (a) ()

e) Otros (a) ()

7. ¿Quién acostumbra a preparar sus alimentos?

a) Yo mismo (a) ()

b) Mis padres ()

c) Mis familiares ()

d) Otros ()

CODIGO:

FECHA ____/____/____

ENCUESTA SOBRE CONOCIMIENTO DE LA OBESIDAD

TÍTULO DE LA INVESTIGACION: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2017”

INSTRUCCIONES. Estimado alumno (a) el presente cuestionario es anónimo y voluntario tiene como objetivo determinar los conocimientos de la obesidad. Marcar con un aspa (x) la respuesta según corresponda:

Gracias por su colaboración

1. ¿La obesidad, es el aumento de peso corporal?

SI ()

NO ()

2. ¿La obesidad se caracteriza por un depósito excesivo de grasa en el cuerpo?

SI ()

NO ()

3. ¿Se considera obeso a la persona que excede el 20% de su peso ideal?

SI ()

NO ()

4. ¿La obesidad dificulta el buen funcionamiento cardiaco y auricular?

SI ()

NO ()

5. ¿La obesidad dificulta el buen funcionamiento pulmonar?

SI ()

NO ()

6. ¿La obesidad es causada por genética familiar?

SI ()

NO ()

7. ¿La obesidad se debe al desorden endocrino?

SI ()

NO ()

8. ¿Los factores psicológicos conllevan a la obesidad?

SI ()

NO ()

9. ¿La obesidad se debe a la falta de ejercicios?

SI ()

NO ()

10. ¿El sedentarismo conlleva a la obesidad?

SI ()

NO ()

11. ¿El consumo de alimentos a base de frituras conllevan a la obesidad?

SI ()

NO ()

12. ¿El consumo de alimentos chatarras influyen para la obesidad?

SI ()

NO ()

13. ¿El consumo de alimentos a base de embutidos conllevan a la obesidad?

SI ()

NO ()

14. ¿El consumo de harina y sus derivados conllevan a la obesidad?

SI ()

NO ()

15. ¿La obesidad, influye para crear la diabetes?

SI ()

NO ()

16. ¿El consumo de bebidas gaseosas, son causas para obesidad?

SI ()

NO ()

17. ¿El consumo de bebidas alcohólicas conllevan a la obesidad?

SI ()

NO ()

18. ¿La obesidad produce la hipertensión arterial?

SI ()

NO ()

19. ¿Para evitar la obesidad, es importante consumir alimentos balanceados?

SI ()

NO ()

20. ¿Para evitar la obesidad, es importante restringir alimentos calóricos?

SI ()

NO ()

ESCALA DE LIKERT

ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD

TÍTULO DE LA INVESTIGACION: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2017”

INSTRUCCIONES. Estimado alumno (a) por favor marcar con una (x) el casillero que queda conveniente su opinión, según las siguientes posibilidades:

T.A: totalmente de acuerdo D.A: De acuerdo I:
indeciso

E.D: en desacuerdo T.D: totalmente en
desacuerdo

Gracias por su colaboración

REACTIVOS	T.A 5	D.A 4	I 3	E.D 2	T.D 1
1.Consume una fruta o zumo de fruta todo los días					
2.Consume una segunda fruta todo los días					
3.Consume verduras frescas, crudas en ensaladas o cocidas regularmente					
4.Consume pescado con regularidad, por lo menos 2 o 3 veces a la semana					
5.Consume hamburguesas una vez o más a la semana					
6.Les gusta consumir legumbres					
7.Consume fideos o arroz casi a diario					
8.Consume frutas secas con regularidad ,por lo menos 2 a 3 veces a la semana (maní, higos, pasas)					
9.Desayuna un lácteo, como leche, yogurt					
10.Consume varias veces al día dulces, golosinas,(caramelos, tortas, chocolates)					
11.Realiza actividades físicas (caminata, ciclismo, futbol, vóley)					
12.Consume a diario carne roja (res, oveja, cerdo)					
13.Desayuna un cereal o derivado como el pan					
14.Consume gaseosas con frecuencia					
15.Consume con frecuencia alimentos a base de embutidos					
16.Esta de acuerdo al sedentarismo					

DESPUES DE LA VALIDACION

ANEXO 04

CODIGO:
FECHA

GUIA DE ENCUESTA DE LAS CARACTERISTICAS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES HUANUCO

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2018”.

INSTRUCCIONES: Estimado alumno (a) la presente guía de encuesta forma parte de un estudio orientado a obtener información sobre sus características generales como son (demográficas, sociales, académicos, familiares e informativos) sírvase a contestar con toda la sinceridad del caso marcando con una (X) dentro de los paréntesis las alternativas que usted crea pertinente, las cuales serán manejadas confidencialmente:

Gracias por su colaboración

I. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS

1. ¿Cuál es su edad?

2. ¿A qué género pertenece?

a) Masculino ()

b) Femenino ()

II. DATOS FAMILIARES

3. ¿Con quién vives?

a) Con mis padres ()

b) Tíos (as) ()

c) Abuelos (a) ()

III. CARACTERÍSTICAS SOCIALES

4. ¿Grado de escolaridad?

a) Tercero de secundaria ()

b) Cuarto de secundaria ()

c) Quinto de secundaria ()

CODIGO:

FECHA ____/____/____

ENCUESTA SOBRE CONOCIMIENTO PARA PREVENIR LA OBESIDAD

TÍTULO DE LA INVESTIGACION: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2018”

INSTRUCCIONES. Estimado alumno (a) el presente cuestionario es anónimo y voluntario tiene como objetivo determinar los conocimientos de la obesidad. Marcar con un aspa (x) la respuesta según corresponda:

Gracias por su colaboración

1. ¿Qué es la obesidad?

- a) Exceso de tejido adiposo en el cuerpo ()
- b) Exceso de grasa en el cuerpo ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

2. ¿Diga cuáles son las causas para tener obesidad?

- a) Exceso de consumo de alimentos a base de grasa ()
- b) Exceso de consumo de alimento chatarra ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

3. ¿Cuáles son los factores que conllevan a la obesidad?

- a) Factores genéticos, factores socioeconómicos ()

- b) Factores psicológicos y factores relativos al desarrollo ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

4. ¿En qué sitios más se acumula el exceso de grasa?

- a) Debajo del diafragma ()
- b) En la pared torácica ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

5. ¿Cuáles son los síntomas que presenta en caso de obesidad?

- a) Dificultad respiratoria ()
- b) Dificultad para el sueño ()
- c) Causa somnolencia ()
- d) Ambas respuestas ()
- e) Ninguna ()

6. ¿Cuáles son las complicaciones que puede presentar en caso de obesidad?

- a) Dolor de espalda ()
- b) Artrosis ()
- c) Trastornos cutáneos y edemas ()
- d) Ambas respuestas ()
- e) Ninguna ()

7. ¿Cómo se previene la obesidad?

- a) Dieta equilibrada ()
- b) Ejercicio físico ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

8. ¿Qué actividades se debe fomentar para evitar la obesidad?

- a) 30 minutos diario de actividad física ()
- b) Beber agua 3 litros al día ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

9. ¿Cómo se mide la obesidad?

- a) Con el índice de masa corporal ()
- b) Con la talla al cuadrado y el peso ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

10. ¿Cuáles son las clases de obesidad?

- a) Clase I, clase II, clase III ()
- b) Índice de masa corporal de 30 a 34.9, 35 a 39.9, de 40 a más ()
- c) Ambas respuestas ()
- d) Ninguna ()

ESCALA DE LIKERT

ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD

TÍTULO DE LA INVESTIGACION: “Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en adolescentes del centro educativo particular maría de los ángeles Huánuco 2018”

INSTRUCCIONES. Estimado alumno (a) por favor marcar con una (x) el casillero que queda conveniente su opinión, según las siguientes posibilidades:

T.A: totalmente de acuerdo

D.A: De acuerdo

I: indeciso

E.D: en desacuerdo

T.D: totalmente en desacuerdo

Gracias por su colaboración

REACTIVOS	T.A 5	D.A 4	I 3	E.D 2	T.D 1
1.Me cuesta tomar en serio a una persona gorda					
2.La gente gorda me hace sentir algo incómodo (a)					
3.Te sentirías preocupado en el caso de que subas de peso repentinamente					
4.Actualmente consideras que estas subiendo de peso					
5.A menudo trato de no ingerir alimentos que me engorden					
6.Una de las peores cosas que me podrían pasar es que ganara unos kilos de peso					
7.Me preocupa ponerme gordo (a)					
8. Pienso que soy capaz de mantener un estilo de vida saludable					
9.Considero que los ejercicios físicos son importantes para mantener mi peso corporal					
10. La gente que pesa mucho podría perder algo de su peso con un poco de ejercicio					
11. Alguna gente está gorda porque no tiene fuerza de voluntad					
12. La gente gorda tiene ese peso principalmente por su propia culpa					

ANEXO 05



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Gladys Estacio Flores

De profesión Magister Salud Pública actualmente ejerciendo el cargo de Coordinadora de Inmunizaciones por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Srta. Tania Rocío Sánchez Tacuche, con DNI 40245973, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulada **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES- HUANUCO 2018"**

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1: "Cuestionario de características sociodemográficas"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2: "Encuesta sobre Conocimiento de la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3: "Escala de Likert actitud para prevenir la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador.

Dr/Mg/Lic.: Mg. Gladys Estacio Flores

DNI: 22435316

Especialidad: Salud Pública

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD

Gladys Estacio Flores

Firma y sello del juez experto



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Jimmy William Arrieta Alvites

De profesión Lic. Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo de nutricionista

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Srta. **Tania Rocío Sánchez Tacuche**, con DNI 40245973, aspirante al título de **Licenciada en Enfermería** de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulada **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES- HUANUCO 2018"**

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1: "Cuestionario de características sociodemográficas"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2: "Encuesta sobre Conocimiento de la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3: "Escala de Likert actitud para prevenir la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador.

Dr/Mg/Lic.: Lic. Jimmy William Arrieta Alvites

DNI: 44053489

Especialidad: Nutricionista

Firma y sello del juez experto
LIC. JIMMY WILLIAM ARRIETA ALVITES
C.N.P.: 5610
COORD. ESRANS - DIRESA - HCO



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Jose Reyes Sotelo

De profesión Lic. Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo de Coordinador Regional Curso de vida niño por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Srta. **Tania Rocio Sánchez Tacuche**, con DNI 40245973, aspirante al título de **Licenciada en Enfermería** de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulada **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES- HUANUCO 2018"**

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1: "Cuestionario de características sociodemográficas"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2: "Encuesta sobre Conocimiento de la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3: "Escala de Likert actitud para prevenir la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador.

Dr/Mg/Lic.: Lic. ENF. JOSE H. REYES SOTELO

DNI: 40241804

Especialidad: ENFERMERIA

GOBIERNO REGIONAL DE HUÁNUCO
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD HUÁNUCO

Firma y sello del juez/experto
COORD. REG. CURSO DE VIDA NIÑO
DEPT. 37106



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Karen Tarazona Céspedes

De profesión Lic. Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo de Coordinadora Adolescente

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Srta. **Tania Rocío Sánchez Tacuche**, con DNI 40245973, aspirante al título de **Licenciada en Enfermería** de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulada **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ESTUDIANTES DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES- HUANUCO 2018"**

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1: "Cuestionario de características sociodemográficas"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2: "Encuesta sobre Conocimiento de la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3: "Escala de Likert actitud para prevenir la obesidad"	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador.

Dr/Mg/Lic.: GR. KAREN TARAZONA CESPEDES

DNI: 44340218

Especialidad: ENFERMERÍA

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD

LIC. ENF. KAREN TARAZONA CESPEDES

Firma y sello del juez-experto

Matriz de datos	VARIABLE: CONOCIMIENTO									
	1. ¿Qué es la obesidad?	2. ¿Diga cuáles son las causas para tener obesidad?	3. ¿Cuáles son los factores que conllevan a la obesidad?	4. ¿En qué sitios más se acumula el exceso de grasa?	5. ¿Cuáles son los síntomas que presenta un caso de obesidad?	6. ¿Cuáles son las complicaciones que puede presentar un caso de obesidad?	7. ¿Cómo se previene la obesidad?	8. ¿Qué actividades se debe fomentar para evitar la obesidad?	9. ¿Cómo se mide la obesidad?	10. ¿Cuáles son las clases de obesidad?
Estudiante 1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2
Estudiante 2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2
Estudiante 3	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1
Estudiante 4	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1
Estudiante 5	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1
Estudiante 6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 7	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2
Estudiante 8	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2
Estudiante 9	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2
Estudiante 10	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1
Estudiante 11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Estudiante 12	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2
Estudiante 13	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2
Estudiante 14	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1
Estudiante 15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 16	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1
Estudiante 17	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2
Estudiante 18	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 19	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
Estudiante 20	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 21	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2
Estudiante 22	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1
Estudiante 23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 24	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1
Estudiante 25	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2
Estudiante 26	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1
Estudiante 27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 28	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1
Estudiante 29	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1
Estudiante 30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 31	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1
Estudiante 32	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2
Estudiante 33	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1
Estudiante 34	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
Estudiante 35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 36	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2
Estudiante 37	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2
Estudiante 38	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2
Estudiante 39	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2
Estudiante 40	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2
Estudiante 41	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
Estudiante 42	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1
Estudiante 43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Estudiante 44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 45	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2
Estudiante 46	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2
Estudiante 47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 48	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2
Estudiante 49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 50	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2
Estudiante 51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Estudiante 52	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2
Estudiante 53	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 54	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2
Estudiante 55	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2
Estudiante 56	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2
Estudiante 57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Estudiante 58	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1
Estudiante 59	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2
Estudiante 60	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1
Estudiante 61	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2
Estudiante 62	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 63	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2
Estudiante 64	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1
Estudiante 65	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2
Estudiante 66	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1
Estudiante 67	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2
Estudiante 68	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Estudiante 69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Estudiante 70	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2
Estudiante 71	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2
Estudiante 72	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2
Estudiante 73	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1
Estudiante 74	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1
Estudiante 75	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1

Matriz de datos	VARIABLE: ACTITUDES											
	1.Me cuesta tomar en serio a una persona gorda	2.La gente gorda me hace sentir algo incómodo (a)	3.Te sentirías preocupado en el caso de que subas de peso repentinamente	4.Actualmente consideras que estas subiendo de peso	5.A menudo trato de no ingerir alimentos que me engorden	6.Una de las peores cosas que me podrían pasar es que ganara unos kilos de peso	7.Me preocupa ponerme gordo (a)	8. Pienso que soy capaz de mantener un estilo de vida saludable	9.Considero que los ejercicios físicos son importantes para mantener mi peso corporal	10. La gente que pesa mucho podría perder algo de su peso con un poco de ejercicio	11. Alguna gente está gorda porque no tiene fuerza de voluntad	12. La gente gorda tiene ese peso principalmente por su propia culpa
Estudiante 1	4	5	3	2	4	2	3	2	2	5	5	2
Estudiante 2	4	2	4	3	4	3	5	3	4	3	4	5
Estudiante 3	4	4	2	3	2	2	5	5	2	2	5	3
Estudiante 4	3	4	3	4	3	4	3	5	3	4	3	3
Estudiante 5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5
Estudiante 6	3	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5
Estudiante 7	3	3	2	2	3	3	4	3	4	1	3	2
Estudiante 8	4	3	4	3	5	3	4	3	4	5	5	1
Estudiante 9	3	3	3	2	3	4	4	3	4	2	1	3
Estudiante 10	3	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	3
Estudiante 11	2	1	2	1	3	3	3	3	3	3	1	1
Estudiante 12	3	3	5	5	5	5	5	3	4	5	4	4
Estudiante 13	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5
Estudiante 14	4	4	3	5	4	3	5	3	4	3	4	3
Estudiante 15	3	3	4	2	4	2	3	2	2	5	5	2
Estudiante 16	3	5	5	3	3	3	4	4	4	4	4	1
Estudiante 17	4	4	3	5	5	3	5	5	5	5	5	3
Estudiante 18	4	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5	3
Estudiante 19	2	2	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1
Estudiante 20	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	4	1
Estudiante 21	3	3	5	4	3	3	3	4	3	3	3	1
Estudiante 22	3	3	5	3	5	3	2	5	5	2	4	3
Estudiante 23	4	4	2	3	2	2	5	5	2	2	5	5
Estudiante 24	3	3	3	3	5	3	5	5	5	5	3	5
Estudiante 25	3	4	3	5	3	5	5	5	5	4	5	5
Estudiante 26	4	3	3	2	3	3	3	2	1	3	1	3
Estudiante 27	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	4	3
Estudiante 28	3	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	5
Estudiante 29	3	3	1	3	1	3	3	3	3	4	4	1
Estudiante 30	4	1	3	4	3	5	3	4	3	4	3	4
Estudiante 31	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	3	4
Estudiante 32	3	4	3	5	3	4	3	5	3	2	5	5
Estudiante 33	4	5	5	5	2	3	5	5	5	5	2	5
Estudiante 34	3	5	3	3	3	3	4	3	3	3	4	1
Estudiante 35	4	2	2	4	3	5	3	4	3	4	3	3
Estudiante 36	4	3	5	3	4	3	4	3	4	3	4	1
Estudiante 37	3	4	3	5	3	4	3	4	3	4	5	4
Estudiante 38	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	4	4
Estudiante 39	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	1	1
Estudiante 40	1	3	3	3	4	2	1	4	2	4	1	2
Estudiante 41	3	1	3	1	3	3	3	3	4	4	4	1
Estudiante 42	3	3	4	5	4	4	3	4	4	4	4	3
Estudiante 43	4	5	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4
Estudiante 44	4	2	3	5	5	5	5	5	3	5	5	2
Estudiante 45	3	3	5	2	3	3	4	3	4	3	5	5
Estudiante 46	4	4	2	3	5	3	5	3	2	5	5	5
Estudiante 47	3	3	4	4	3	3	5	4	5	5	2	5
Estudiante 48	4	2	4	3	4	3	5	3	4	3	4	2
Estudiante 49	3	4	3	4	3	4	3	5	3	4	3	4
Estudiante 50	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3
Estudiante 51	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	4
Estudiante 52	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	2	2
Estudiante 53	3	3	3	2	4	3	2	4	3	3	1	3
Estudiante 54	4	2	3	3	4	3	4	3	5	3	4	3
Estudiante 55	3	1	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3
Estudiante 56	3	1	3	3	3	3	3	4	4	5	4	3
Estudiante 57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3
Estudiante 58	2	3	4	2	2	2	4	3	1	2	3	3
Estudiante 59	3	1	3	3	4	3	5	3	4	3	4	5
Estudiante 60	3	5	5	4	2	3	2	4	5	5	2	4
Estudiante 61	3	2	5	3	5	5	3	5	5	5	1	5
Estudiante 62	4	3	4	4	3	4	3	5	3	4	3	3
Estudiante 63	3	4	3	3	4	3	5	3	4	3	4	3
Estudiante 64	4	2	5	4	3	4	3	5	3	4	3	5
Estudiante 65	3	4	3	2	4	3	4	3	5	3	4	5
Estudiante 66	2	2	2	1	2	1	3	1	1	1	1	4
Estudiante 67	4	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5	4
Estudiante 68	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
Estudiante 69	1	4	4	3	4	3	3	4	5	4	4	4
Estudiante 70	1	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	4
Estudiante 71	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3
Estudiante 72	4	2	3	3	4	3	4	3	5	3	4	3
Estudiante 73	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	4
Estudiante 74	1	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	1
Estudiante 75	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1

Matriz de datos	Nivel de conocimiento sobre la obesidad	Actitud para prevenir la obesidad	Nivel de conocimiento sobre la obesidad	Actitud para prevenir la obesidad
Estudiante 1	16	39	1	1
Estudiante 2	16	44	1	1
Estudiante 3	16	39	1	1
Estudiante 4	16	42	1	1
Estudiante 5	17	56	1	1
Estudiante 6	20	52	1	1
Estudiante 7	17	33	1	2
Estudiante 8	18	44	1	1
Estudiante 9	18	35	1	2
Estudiante 10	16	42	1	1
Estudiante 11	10	26	2	2
Estudiante 12	15	51	2	1
Estudiante 13	16	54	1	1
Estudiante 14	16	45	1	1
Estudiante 15	20	37	1	1
Estudiante 16	17	43	1	1
Estudiante 17	16	52	1	1
Estudiante 18	19	54	1	1
Estudiante 19	18	26	1	2
Estudiante 20	18	31	1	2
Estudiante 21	16	38	1	1
Estudiante 22	16	43	1	1
Estudiante 23	20	41	1	1
Estudiante 24	16	48	1	1

Estudiante 25	17	52	1	1
Estudiante 26	14	31	2	2
Estudiante 27	20	43	1	1
Estudiante 28	16	44	1	1
Estudiante 29	12	32	2	2
Estudiante 30	20	41	1	1
Estudiante 31	13	31	2	2
Estudiante 32	17	45	1	1
Estudiante 33	16	51	1	1
Estudiante 34	19	38	1	1
Estudiante 35	20	40	1	1
Estudiante 36	17	41	1	1
Estudiante 37	17	45	1	1
Estudiante 38	16	44	1	1
Estudiante 39	16	28	1	2
Estudiante 40	16	30	1	2
Estudiante 41	16	33	1	2
Estudiante 42	13	45	2	1
Estudiante 43	10	43	2	1
Estudiante 44	20	49	1	1
Estudiante 45	16	43	1	1
Estudiante 46	17	46	1	1
Estudiante 47	20	46	1	1
Estudiante 48	17	41	1	1
Estudiante 49	20	43	1	1
Estudiante 50	15	34	2	2
Estudiante 51	10	31	2	2
Estudiante 52	16	31	1	2
Estudiante 53	20	34	1	2
Estudiante 54	17	41	1	1

Estudiante 55	17	28	1	2
Estudiante 56	14	39	2	1
Estudiante 57	10	38	2	1
Estudiante 58	14	31	2	2
Estudiante 59	17	41	1	1
Estudiante 60	17	44	1	1
Estudiante 61	16	47	1	1
Estudiante 62	20	43	1	1
Estudiante 63	17	42	1	1
Estudiante 64	16	45	1	1
Estudiante 65	16	43	1	1
Estudiante 66	15	21	2	2
Estudiante 67	16	55	1	1
Estudiante 68	20	36	1	2
Estudiante 69	10	43	2	1
Estudiante 70	16	31	1	2
Estudiante 71	16	30	1	2
Estudiante 72	17	41	1	1
Estudiante 73	16	32	1	2
Estudiante 74	16	28	1	2
Estudiante 75	17	30	1	2

ANEXO 07

"AÑO DEL DIALOGO Y LA RECONCILIACION NACIONAL"

Huánuco, 15 de Noviembre de 2018

OFICIO N° 502-2018-D-IEP"MA" HCO

SEÑORA: AMALIA V. LEIVA YARO
Directora del P.A. de Enfermería

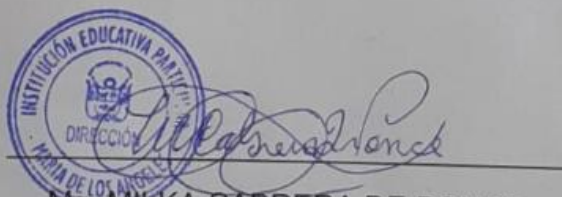
ASUNTO: Autorización para realizar trabajo de investigación

REFERENCIA: Oficio N° 066-2018-D/PA-ENF-UDH

Es singularmente grato dirigirme a Ud. Para saludarlo cordialmente y, manifestarle que, en atención al documento indicado en la referencia, se le AUTORIZA a la alumna SANCHEZ TACUCHE TANIA ROCIO para desarrollar el trabajo de investigación titulado: **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ACTITUD PARA PREVENIR LA OBESIDAD EN ALUMNOS DEL CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR MARIA DE LOS ANGELES HUANUCO 2018"** la aplicación del trabajo de investigación y recopilación de datos lo realizará previa coordinación con el Jefe de Unidad administrativa. Asimismo, se le recomienda una vez concluida el trabajo de investigación se sirva adjuntar un ejemplar del trabajo de investigación para la biblioteca de la institución.

Sin otro en particular, hago propicia la ocasión para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Mg. MILKA CABRERA DE PONCE
Directora de la I.E.P María De Los Ángeles